راڌا سوامي ست سنگ بياس پاران
ڇپايل پيا پستڪ

ENGLISH

1. Sar Bachan
2. The Path of the Masters
3. With a Great Master in India
4. Mysticism the Spiritual Path
5. Teachings of the Gurus
6. The Mystic Bible
7. In Search of the Way
8. Light on Sant Mat
9. The Science of the Soul
10. Tales of the Mystic East
11. Spiritual Gems
12. Discourses on Sant Mat
13. Philosophy of the Masters
14. Call of the Great Master
15. Master Answers
16. Liberation of the Soul
17. The Ringing Radiance
18. The Living Master
19. Sarmad
20. My Submission Pt. I, II
21. Thus Saith the Master
22. *Prayer*

سنڌي

۱. سنت مت
۲. سنتن جي سکيا
۳. سار وچن
۴. پرمارٿي پتر
۵. وينتي ۽ پرارٿنا جا شبد
۶. ستگرون جي سکيا ڀاڱو ۱-۲-۳-۴
۷. روحاني گلدستو
۸. پرمارٿي ساکيون
۹. گرمت سار
۱۰. اندر جو آواز
۱۱. سنت مارگ
۱۲. روحاني ڊائري ۱-۲-۳
۱۳. سنتن جي باڻي
۱۴. سنت مت درشن
۱۵. ست سنگ نمبر ۱-۲-۳-۴-۵-۶
۱۶. روحاني گل ڦل
۱۷. سنت سماگم

هندي ۽ گرمکي

۱. سنتون کي باڻي
۲. سنت سماگم
۳. سنت مت درشن ڀاڱو ۱
۴. سنت مت پرڪاش ڀاڱو ۱-۲

Available From:-

The Secretary,
Radha Soami Satsang Beas
P. O. Dera Baba Jaimal Singh
Distt. Amritsar Punjab (India)

غلط نامو

صفحو	سٽ	غلط	صحيح
١٤	٨	گررو	گورو
٢٥	١٨	ڪار	ڪر
٣٠	١٧	کهر	گور
٤٥	١٣	وڇي	وڃي
٤٥	٢٢	جيسائين	جيستائين
٤٧	١٤	ڪرلو	ڪرئو
٥١	١٤	آهي	اهي
٥٤	٦	چاهندو	چاهيندو
٦٠	١٦	سڄ	سچ
٨٠	١٥	وت	وٽ
٩٣	١١	وچاو	بچارو
٩٣	١٦	نڪالا	لڪان
٩٨	٣	نام جي	نام
٩٨	٣	نام ور	ور
١٠١	١٣	توهان	توهان کان
١٠٨	٢٤	برانانام	پراڻانام
١٣٢	٥	الت	التر
١٣٣	١٧	ڪنهن جي	جي ڪنهن
١٤٠	١٤	لتهڪرڻ	انتهڪرڻ
١٤٢	١٦	ستگرر	ستگر
١٥٣	١٠	لي	جي
١٥٥	٩	پيگهه	پيکهه

صفحو	سٽ	غلط	صحيح
١٧٩	١٤	ڏيندو	ڏسندو
١٨٥	١٥	ـا	جا
٢٠١	٢٢	نه	دل نه
٢٠١	٦٥	ـوي	لوکي
٢٠٥	١٤	ڳالهابو	ڳالهايو
٢٠٦	٢	پڙي	پري
٢٠٨	١٨	عرض	عرض
٢١٧	٢٦	نقض	نقص
٢٢٠	١٧	خردڪشي	خودڪشي
٢٢٣	٣	ٻٽي	ٻئي
٢٢٣	١٨	مشڪالهون	مشڪلاتون
٢٢٧	١٥	لوهيج	لوهين
٢٢٩	٢	لن	لن جو
٢٣١	٥	سچي	جي سچي
٢٣١	١٣	بي	جي
٢٣٢	٧	لنهنجي	پنهنجي
٢٣٣	١	متان	متان
٢٣٧	٨	سجڻ	سهڻ
٢٣٧	١٨	نه	؟
٢٤٢	٢	باري	ان باري
٢٤٥	٤	من	تو
٢٦٨	٢٠	صان	نقصان

جيڪا ٻه حضور مهاراج جن مولکي سنگت جي شيوا ڏني آهي، سا مان هنن جي ديا مهر ۽ بخشش سان، جيترو وقت حڪم هوندو، ڪندو رهندس ۽ جڏهن هو مولکي گهرائيندا ته پوءِ مان هليو ويندس. گرو نانڪ صاحب جن فرمايو آهي، ”مان هنجي حڪم سان آيس ۽ جڏهن هو مولکي سڏ ڪندو ته مان هليو ويندس.“ ڪابه گهبرائڻ جهڙي ڳالهه ڪانهي. ستگروءَ جنهن اسانکي پاڪستان جي پيانڪ باهه کان بچايو ۽ پنهنجي حيالي اسانجي پاپن بدلي قربان ڪئي، سو هر وقت اسانجي سنڀال ڪري، اسانکي بچائي پيو.

اسانکي جنم مرڻ جي ڦيري کان ڇڏائڻ لاءِ اسانجو مکتي بخشيندڙ ستگورو آيو. هن اسانکي نام ۽ ڀڳتيءَ جي بخشش ڏيئي اسانکي سچي مالڪ سان ملائي ڇڏيو.

پيڙ ۽ سمرڻ ڪڏهن به نه گسايو. توهان ڪليا ۾ پنهنجي چوڌاري آئيتي حادثا ڏٺا آهن. خبر نه آهي ته هن ڪان پوءِ ڇا ٿيندو! پيڙ ۽ سمرن ئي اسانجي ملڪيت آهي جا اسان سان گڏ هلندي. بلڪ اسانجو سرير جنهن جي اسين رات ڏينهن پرورش ۽ سنڀال ڪريون ٿا تنهن کي به ڇڏڻو پوندو. هت اسانجو ڪجهه به نه آهي. فقط سه شيون اسانجون آهن، هڪ ستگورو ۽ ٻيو نام، ۽ اهي ٻئي لاءِ اسانکي پيار ڪوڙي. من اها ڳالهه چاهي ٿو يا نه، پر توهان کي پنهنجو پورو وقت هر روز سا ڏاگي جي پيڙ سمرڻ کي ڏيڻ گهرجي.

ڏيان ڪرڻ وقت من کي ڪوشش ڪري هڪ هنڌ بيهاريو ۽ ستگوروءَ جو سروپ اکين جي مرڪز ۾ جهليو. آهستي آهستي من قابوءَ ۾ اچي شانت ٿي ويندو. اهو هڪ ڏينهن جو ڪم نه آهي، الهي ۾ سالن جي پورهئي جي ضرورت آهي.

• • •

پلنامو

صفحو	سٽ	غلط	صحيح
١٤	٨	گرر.و	گورو
٢٥	١٨	ڪار	ڪر
٣٠	١٧	ڪهر	گوڙ
٤٥	١٣	وڃي	وڃبي
٤٥	٢٢	جيسائين	جيستائين
٤٧	١٤	ڪرلو	ڪر.و
٥١	١٤	آهي	اُهي
٥٤	٦	چاهندو	چاهيندو
٦٠	١٦	سچ	سچ
٨٠	١٥	وٺ	وٽ
٩٣	١١	وچاو	بچارو
٩٣	١٦	ڏڪاڻا	ڏڪان
٩٨	٣	نام جي	نام
٩٨	٣	نام ور	ونر
١٠١	١٣	ڏوهان	ڏوهان ڪان
١٠٨	٢٤	پرانانام	پراڻانام
١٣٢	٥	الٽ	الٽر
١٣٣	١٧	ڪنهن جي	جي ڪنهن
١٤٠	١٤	لنهڪرڻ	النهڪرڻ
١٤٢	١٦	ستگرو	ستگر
١٥٣	١٠	ٽي	جي
١٥٥	٩	پيکهه	پيکهه
١٧٩	١٤	ڏيندو	ڏسندو
١٨٥	١٥	ـا	جا
٢٠١	٢٢	ن	دل نہ
٢٠١	٦٥	سوي	لوڪي
٢٠٥	١٤	ڳالهاٻو	ڳالهاءُ
٢٠٦	٢	پڙي	پري
٢٠٨	١٨	عزض	عرض
٢١٧	٢٦	نقض	نقص
٢٢٠	١٧	خردڪشي	خودڪشي
٢٢٣	٣	ٻٽي	ٻٽي
٢٢٣	١٨	مشڪلاتون	مشڪلاتون
٢٢٧	١٥	لوهيج	لوهين
٢٢٩	٢	لن	لن جو
٢٣١	٥	سچي	جي سچي
٢٣١	١٣	بي	جي
٢٣٢	٧	لنهنجي	پنهنجي
٢٣٣	١	مٿان	مٿان
٢٣٧	٨	سجهڻ	سهڻ
٢٣٧	١٨	ن	؟
٢٤٢	٢	ٻاري	ان ٻاري
٢٤٥	٤	من	تو
٢٤٨	٢٠	صان	نقصان

جيڪا رحم ۽ مهاراج هن مولڪي سنگت جي شهرا ڏني آهي،
سا مان هن جي ديا مهر ۽ بخشش سان، جيترو وقت حڪم
هولدو، ڪندو رهندس ۽ جڏهن هو مولڪي گهرائيندا ته پوءِ
مان هلبو ويندس. گرو نانڪ صاحب جن فرمايو آهي، "مان
منهنجي حڪم سان آيس ۽ جڏهن هو مولڪي سڏ ڪندو ته مان
هلبو ويندس." ڪابه گهبرائڻ جهڙي ڳالهه ڪانهي. ستگرو ۽
جنهن اسانکي پاڪستان جي پيالڪ باهه کان بچايو ۽ پنهنجي
حياتي اسانجي پاڻ بدلي قربان ڪئي، سو هر وقت اسانجي
سنڀال ڪري، اسانکي بچائي پيو.

اسانکي جنم مرڻ جي قيدي کان ڇڏائڻ لاءِ اسانجو مڪتي
بخشيندڙ ستگرو آيو. هن اسانکي نام ۽ ڀڳتيءَ جي بخشش
ڏيئي اسانکي سچي مالڪ سان ملائي ڇڏيو.

ڀڄن ۽ سمرن ڪڏهن به نه گسايو. توهان دنيا ۾ پنهنجي
جوڳاري اکيٽي حادثا ڏٺا آهن. خبر نه آهي ته هن کان پوءِ
ڇا لبندو! ڀڄن ۽ سمرن ئي اسانجي ملڪيت آهي جا اسان
سان گڏ هلندي. بلڪ اسانجو سرپرست جنهن جي اسين راهه ڏيندين
پرورش ۽ سنڀال ڪا ڪريون ٿا هن کي به جڏهن پرلدو. هت
اسانجو ڪجهه به نه آهي. فقط ٻه شيون اسانجون آهن، هڪ
ستگرو ۽ ٻيو نام، پر انهن ٻنهي لاءِ اسانکي پيار ڪرڻو آهي.
مان اها ڳالهه چاهي ٿو ٿا نه، پر توهان کي پنهنجو پورو وقت
هر روز ڀڄن لاڳي جي ڀڄن سمرڻ کي ڏيڻ گهرجي.

ڌيان ڪرڻ وقت من کي ڪوشش ڪري هڪ هنڌ بيهارڻو
۽ ستگروءَ جو سروپ اکين جي مرڪز تي جهليو. آهستي
آهستي من عادت ۾ اچي سالت ٿي ويندو. اهو هڪ ڏينهن
جو ڪم نه آهي، انهي ۾ سالن جي پورهئي جي ضرورت آهي.

”شش کي پنهنجي پياري کان اڪيلو مرڻ گهرجي ڇاڪاڻ تہ جيڪو پوءِ جيئرو ٿو رهي، تنهن لاءِ زندگي بلڪ سڄي دنيا دک، روپ آهي.“

حضور مهاراج جن اسان کي سيکاريندا هئا تہ سنت مت ۾ مالڪ جي رضا ۾ راضي رهڻ ۾ ئي ڀلائي آهي. مونکي ستگوروءَ جي حڪم جي پيروي ڪرڻ جي ڪابہ طاقت ڪانهي، اها هنن جي اَلوکي ڪرپا آهي جا مونکي سندن حڪم موجب هلائي رهي آهي.

پيو نام جي باري ۾ لوهان جي پڇا بابت مان توهان لاءِ حضور مهاراج جن جا وچن وري دهرائيندس تہ جڏهن هنن کان پڇيو ويو هو تہ جيستائين ساڌڪ پاربرهم ۾ نہ پهتو آهي، تيستين هنکي نام جي بخشش نہ ڪرڻ گهرجي، اها ڳالهہ ڪيتري قدر سچي آهي؟ تنهن تي ستگرن فرمايو، ”دراصل، نام تڏهن ڏيڻ گهرجي جڏهن هو سچکنڊ پهچي ۽ اهو پڻ ستگوروءَ جي حڪم موجب هئڻ گهرجي. انهيءَ کانسواءِ جيون جي ڪرمن جو بوجو کڻڻ ڪا سولي ڳالهہ ڪانهي! مان پاڻ جن کي نام ٿو ڏيان تن کي بابا جئمل سنگهہ مهاراج جن جي سپرد ٿو ڪريان.“ هاڻي جڏهن هن پرم سنت اها تاڪيد ڪئي تہ پوءِ شش انهيءَ جو ڀاڻ مطلب ڪيئن سگهن ٿا. مون تو مهنا نام نہ ڏنو، جيستو ٽيڪ حضور مهاراج جن پنهنجي هوندي ائين ڪرڻ لاءِ مونکي فرمايو هو بلڪ اهڙو لکيل حڪم بہ ڏنو. بهتر ٿيندو تہ انهي جو سبب نہ پڇايو وڃي.

هي ڏيرو، اسانجي ياجهاري ستگوروءَ جو آهي ۽ اهو اسانجو پورو استان آهي. حضور بابا جي مهاراج ۽ حضور بابا ساون سنگهہ مهاراج جن هن استان کي ست پنجهٺ سالن جي ڇهن سان پورو ڪيو آهي ۽ جيون تي نام جي بخشش ڪئي آهي.

وهي ٿو. اهو نه ياد رکڻو تہ عقل جي دليل بازي ئي سڀ
ڪجهه ڪانهي. جڏهن تہ هن دنيا ۾ خاص طور گرهست ۾
ڪافي اهميت ٿي رکي. ڀلي ماڻهو ڪوڙ جڏي ڏيو ۽ ان
ڪري ڪيترين مشڪلاتن آسان ٿي پونديون.

لوهاڻو پٽي جڏهن مالي حالتن سبب پريشان ٿئي ٿو ۽
غم ستسنگي هٿ ڪري ۽ ڪرمن جي قانون مان ناواقف
هئڻ سبب، هو انهن سڀني پريشانين لاءِ لوهاڻڪي ذميوار ٿو
سمجهي ۽ لوهڻ ڏکي ٿيا ٿيو. پر لوهاڻڪي هن کان وڏيڪ
جاڻ آهي. جڏهن لوهڻ ستسنگ ان روش سبب اداس ٿيا
ڏکي ٿيو تہ وڃي ٻڌڻ ٿي وڃو، نام جو سمرن ڪري شبد
سان جڙيو. جڏهن من دنيا مان بيزار ۽ اداس ٿيندو آهي تہ
پوءِ ان کي اندر لڳائڻ ۽ ان لاءِ اندر ۾ سک ۽ شانتيءَ
جي تلاش، آسان ٿيو پوي.

٩٧- پرانا ۽ مالڪ ستگرو .... امانجي پياري ستگوروءَ
جا لاڏلا ستسنگي ڀائرو .... حضور مهاراج بابا ساون سنگهه جن
جي پرڪاش ۾ ستسنگين ۾ لوهان ڪيترا دعا پڙهو هوندو:-

" ڪبير هم سب سي ٻُري، هم ڪچ ٻرو نہ ڪوءِ،
جن ايسا ڪر مانيا، مِتر همارا سوءِ."

ڪبير صاحب جن فرمائن ٿا تہ مان سڀني ۾ ٻرو آهيان؛
مون کان سواءِ ٻيا سڀ چڱا آهن. جن انهن ڪري سمجهيو
آهي اهي ئي منهنجا مِتر ۽ پيارا آهن.

تنهن ڪري ڀائرو! جڏهن ڪو پاپي، بيڪار ۽ گنهگار
آهي تہ اهو مان ئي آهيان. ڇو؟ ڇاڪاڻ تہ پاپيءَ موجب،

بلڪل نزديڪ پهتا آهيو. پر ڪنهن به حالت ۾ انهيءَ مر
کي ڳولڻ جي ڪوشش نه ڪريو، ڇاڪاڻ ته ائين ڪرڻ
نس تي زور پوندو. جيئن چيتنتا شرير مان هيٺان هٽندي ويند
۽ اڳڪاڳر ٿيندي وڌندي ويندي ٿيئن خود بخود اهو مرڪ
نظر ايندو. آرام ڪرڻ سٺو آهي پر آرام نه رڳو جسماني ٿيڻ
ماڻهو کي هٿڻ گهرجي. توهان جو من بار بار انهيءَ پراڻي
ڳالهه کي سوچي ٿو ۽ نتيجو اهو ٿو ٿئي ته تڪليف وري
شروع ٿي ٿئي. مطلب ته پورو آرام ڪونه ٿو ملي ۽ جڏهن
انهيءَ خاص ڳالهه جي باري ۾ من سوچي ٿو ته نس ۾ به هلچل
ٿئي ٿي.

ڪنهن به نموني اکين تي ڪو به زور نه ڏيو. شرير جي
انگن کي اهڙي نموني هلائڻ کپي جيئن مناسب هجي. ڪڏهن
ڪڏهن پلي پڙهو پر اکين تي گهڻو زور اچڻ نه کپي. سڀڻ
پرڻ مشين جو ڪم آهي ۽ ان ۾ من لڳائڻ جي ضرورت
ڪانه پوندي آهي. زور انهي تي پوندو آهي جتي من کان ڪم
ورتو پوندو آهي. ڪنهن به مسئلي جي زياده ڇان بين نه ڪريو،
ڇاڪاڻ ته پوءِ ان مسئلي جي صورت اکيان ٿي بيٺي هوندي
آهي، انڪري توهين مڪمل آرام پائي ڪين سگهندا.

راڌا سوامي ستسنگي پنهنجي ڌرمن جي پوتلگن سان گڏجي
مسجي سگهن ٿا پر ڪين اندرين راز ٻين کي ٻڌائڻ نه کپن.
ها، اهو رت جو ذاب ڪونهي ۽ ڊاڪٽر سان صلاح ڪرڻ
جي ضرورت ڪانهي. پوءِ پلي توهانجو پتي ناراض رهي ۽
وقت به وقت توهانکي ان جي ياد ڏياريندو رهي، اهو به
ڪرمن ڪٽجڻ جو هڪ طريقو آهي. آخر اها ڳالهه ڪا ٿوري
ڪانهي ته جيئن به ٿي سگهي پنهنجن سمرن کي وقت ڏيو ۽ ياد
ڪيو ته ستگورو هميشه پنهنجي ستسنگين جي سنڀال ڪندو

ڪاميابيءَ جون ڪنجون آهن.
سمرن اندر ۾ لڳاتار سچو ڏيهن ڪرڻ کپي بشرطيڪ لوهانجي ڪم ۾ رڪاوٽ نه پوي. عام طور اهڙي ڪانه رڪاوٽ سمرن ڪارڻ ڪانه پوندي آهي. ۾ شبد کي هڏڻ مهل سمرن نه ڪرڻ کپي انهيءَ وقت پورو ڌيان شبد ۾ ڏيڻ کپي.
شبد مٿي جي چوٽيءَ وٽان اچي ته ۽ ڪن ۾ صرف انهيءَ ڪري ٻڌڻ ۾ اچي تو چاڪاڻ ته اسانکي ڪن دواران ٻڌڻ جي عادت آهي.

٩٤ - پيرن هدايت جا مان ڪرڻ چاهيندس ته شرير کي مناسب آرام ضرور ڏيڻ کپي ۽ اهڙو جوش سان اڳتي وڌڻ نه کپي جو ڪنهن به نمولي جو دٻاءُ سرير تي پوي. جيڪو آزمودو ڏيري حاصل ٿئي ٿو سو جتادار ٿئي ٿو.
پنهنجي چيتنا کي بدن جي هيٺين انگن مان هٽائي مٿي آڻڻ ڪو آسان ڪم ڪونهي. انهيءَ ۾ وقت لڳندو ۽ پر ۾ ۽ وشواس سان ڪم رفتار سان ترقي ٿئي ٿي. لوهالکي جيڪا چڪ مٿي ۾ جريڙ محسوس ٿئي ٿي سا اڄالي زور جي ڪارڻ آهي جيڪو شرار تي ٻڌجي رهيو آهي. اهڙي وقت ڪنهن ڪتاب پڙهڻ جي ددران ايئي پئو ۽ ٿي سگهي ته شانتيءَ سان سمرن ڪندا رهو. مناسب لله ضرور ڪرڻ کپي ......
لوهالجو اڳيون ايئه اهڙي ئي ڪنهن وقت جو هو.

لوهان جو اهو خيال درست آهي ته ترقي قدرتي ۽ صحيح رفتار سان ٿيڻ کپي. انهيءَ ۾ ورهيه لڳن تا ۾ بي صبر ۽ نا اميد ٿيڻ جو ڪو سبب ڪونهي. سب ڪم سهج سان سٺا ٿيندا آهن انهيءَ ڪري لڪڙ نه ڪريو.
٩٥ - اها سٺي ڳالهه آهي ته لوهين هاڻي اکين ۾ ٽڪاوٽ محسوس ڪونه ٿا ڪريو ۽ سمجهو ٿا ته اکين جي مرڪز جي

اوهان جي ترقي تسلي بخش آهي ۽ توهين ڪنهن به طرح تراس نه ٿيو. صبح جو وقت ٻچن لاءِ نهايت عمدو آهي ۽ سڀ لئي، جي وقت ملي ته ٻاپي وهو ۽ پنهنجو ڪاڌو ۽ ننڊ ايترو نه گهٽايو جو شرار ڪمزور ٿي پوي ۽ توهين پنهنجون روزمره جون ذميواريون نباهي نه سگهو.

شريرڪ آرام ۾ ڪمي نه ڪريو. پر جيئن توهان جي خيال جي ايڪاگرتا مڪمل ٿيندي يا مڪمل ٿيڻ لڳي هوندي ليئن توهان ۾ ايپاس ڪي وڌيڪ وقت ڏيڻ جي عادت پوندي ۽ ڪنهن به ڪوشش وڃڻ ڪانسواءِ توهانجي ننڊ پاڻمرادو گهٽ ٿي ويندي. جڏهن سرت شو نيتر ۾ سهج سياءَ ايڪاگر ٿئي ٿي ته پوءِ لڪي جهوٽا ٿا اچن ۽ لڪي تڪ ٿي تو محسوس ٿئي.

مان توهانجي پريما پرڳتيءَ جو قدر ڪريان ٿو. جنهن سبب اهي انيو اوهانکي حاصل ٿيا آهن ۽ توهان جي سنيال ٿي آهي. اهي سڀ انيو بلڪل صحيح آهن ۽ توهين پاڻکي خوشقسمت سمجهو جو اهڙا آزمودا توهانکي حاصل ٿيا آهن.

جيڪي انيو توهانکي پنجن ڏينهن ۾ بنا ٻچن جي ٿيا يعني اڇو چمڪندڙ پرڪاش جنهنجي چوڌاري ٽمڪندڙ ننڍيون روشنيون هيون، اهي سڀ سچا ۽ درست آزمودا هئا. انهن جو سبب اهو هو جو توهانجو ڌيان بي اختيار شو نيتر ۾ ايڪاگر ٿي ويو ۽ اهو قدرتي هو ته وچ واري سفيد روشنيءَ ۾ ڌيان ڪتل رهيو. جيترو انهيءَ روشنيءَ جي نزديڪ ويندا اوترو وڌيڪ چمڪ محسوس ڪندا ڇاڪاڻ ته انهيءَ جوت مان توهانکي پار لنگهي اچڻي وڃڻو آهي. دراصل، توهان هڪڙو سٺو موقعو هٿان وڃايو. توهان شانتيءَ سان سمرن ڪندا رهو ها ۽ مٿي چڙهڻ جي ڪوشش ڪريو ها. پيار ۽ وشواس

دل ۾ ڪنهن ۽ قسم جو خوف يا ڪمزوريءَ جو خي
نه رکو. ستگوروءَ جي سنڀال، شڪتي ۽ رهنمائيءَ ۾ ڀرو
رکو. پنهنجو پاڻ سمرن اڳين وانگر پوري صدق ۽ سچائي
سان ڪندا رهو ۽ پاڻ مهل سر جي لڏڻ کي روڪڻ جي پور
ڪوشش ڪريو. توهانجي ترقيءَ جو پڌري مان خوش ٿيندس
توهانجو انيو صحيح آهي. اندر جا نظارا ۽ روشنيون خير
هي ايڪاگرتا تي منحصر آهن ۽ ايڪاگرتا جي گهٽ وڌ ٿ
تي نظارن ۽ پرڪاش ۾ فرق پوندو ٿي آهي.

٩٣ - مونکي توهانجو خط مليو ۽ پڙهي خوشي ٿي ته پاڻ
۾ جيڪو توهانجو شڙ لڏندو هو سو هاڻي بند ٿي ويو آهي
برابر توهان ڪافي تڪليف ۽ بي آرامي ڏٺي پر مالڪ ج
شڪر آهي جو آخر ۾ توهانجون تڪليفون دور ٿي ويون
جيڪو ڏوڏو توهين ڪڏهن ڪڏهن محسوس ڪريو ٿا س
۾ دور ٿي ويندو ۽ انهيءَ ڏانهن خاص ڌيان نه ڏيو. افسو
جي ڳالهه آهي جو توهانجي مترن انهيءَ بساري ۾ توهانک
ٺيڪ راءِ نه ڏني. خير، توهانکي جڏهن به ڪنهن ڳالهه ۾ شڪ
هجي ته هتي اسانکي پلي لکو.

جيڪا چڪ توهانکي پيشانيءَ ۾ محسوس ٿئي ٿي اها
سياواڪ آهي پر توهان کي ڪنهن ۽ قسم جو ان هنڌ زو
ڏيڻ نه کپي ۽ برابر ۽ شانتيءَ سان سمرن ڪندا رهو. ڌيان جي
مرڪز کي ٻه ڳولڻ جي ڪوشش نه ڪريو، چاڪاڻ جو اهي
ڪرڻ سان ايڪاگرتا ۾ وگهن پوندو. جڏهن ڌيان مڪمل طر
ايڪاگر ٿيندو ته اهو مرڪز پاڻهي نظر ايندو ۽ سرت کي
خود بخود مٿي وڃڻ جو رستو ملندو. ابراس ٿيڻ جو ڪو سب
ڪونهي. ڌيري ۽ لڳاتار هلڻ سان منزل تي پهچي وڃبو. شر
جي سن ٿيڻ ۾ ڌيري ڌيري اڀياس سان واڌارو ٿيندو ويندو

ت پر ئن تيندا آهن ۽ لوهانجي خوشقسمتي آهي جو اتري
رني عرصي ۾ لوهانجي چڱي لڙقي ٿي آهي. مٿي جي
طرف جيڪا چڪ محسوس ڪريو ٿا، اها خيال جي هڪدم
ايڪاگر ٿيڻ جي ڪارڻ آهي ۽ جڏهن اها مڪمل ٿيندي ته
پوءِ لوهانکي اندر روشني ڏسڻ ۾ ايندي ۽ شبد وڌيڪ
صاف ۽ مڌر ٻڌڻ ۾ ايندو.

اهو شبد جو لوهان هيترن سالن کان ٻڌي رهيا آهيو انجو
تعلق روحانيت سان آهي، ۽ نه شرارڪ بيماريءَ سان. انڪرڻي
ڊاڪٽر ڪجهه ڪري نٿي سگهيا.

٩٢ - بدن جو ڏاڍي ڏاڍي سن ٿيڻ، ان ڳالهه جو صاف
ثبوت آهي ته سرت سميٽجي رهي آهي ۽ صحيح راهه ۾
سميٽجي رهي آهي. ٻين جي وقت لوهانکي جيڪا
پٺنيءَ جي ڪنڊي ۾ چر پر محسوس ٿئي ٿي، انجو
سنت مت جي اڀياس سان ڪو واسطو ڪونهي ۽ صرف
انهيءَ ڪارڻ آهي جو لوهان اڳئين ڪنهن جنم ۾
ڪنڊلنيءَ جي ساڌنا ڪئي آهي. ٻين جي وقت شرير جو
هڪ سار ڪو لڏڻ به اڳين سنسڪارن جي ڪارڻ آهي.
مونکي ڏاڍي خوشي ٿي ته انهن رنڊڪن کي هٽائڻ ۾ ڪا
تائين ڪامياب ٿيا آهيو.

جڏهن توهين اهو محسوس ڪندا ته اڀياس جو صحيح طرح
هي، سمرن ذريعي پنهنجي خيال کي شو نيتر ۾ ايڪاگر ڪ
پوءِ اهي سڀ نقص دور ٿي ويندا ۽ لوهانکي ٻين سم
۾ وري آنند ايندو. سڀ ڦرنا ۽ هراس ڇڏي وشواس
ٻين ڪريو ۽ ائين نه سمجهو ته ڪا ازغيبي طاقت لوه
غالب پئجي سگهندي. پنهنجي صحت جي باري ۾ ڊاڪ
الي انوسار پلي دوا وٺو ۽ سيون هٽايو.

ٿي ۽ پوءِ پڙن ٿي پڙاڏا ٺهوڪي وٺهي، اَڏ ڪلاڪ شبد ڪي ٻڌو ۽ جهنڪر ۽ آواز اچي ٿو هن ڪي ڏيان ڏيئي ٻڌو.

٨٩ - جڏهن اندر جو دروازو کلڻ لڳندو، تڏهن ڪيترن قسمن جا نظارا ۽ روپ ڏسڻ ۾ ايندا آهن. جنهن جو اهو نتيجو نڪرندو آهي ته شش سمرن بند ڪري انهن روپن ۽ نظارن کي وڌيڪ ڏسندو آهي. اها وڏي ڀل آهي. جڏهن نظارا ۽ شڪليون ڏسڻ ۾ اچن ته شش کي لڪي سمرن بند ڪرڻ گهرجي ۽ لڪي اکين جي مرڪز جي جڳهه ڇڏڻ گهرجي. انهيءَ کان پوءِ خيال جو هيٺان نڪرڻ مڪمل ٿيندو ۽ ساڌڪ اندر وڃڻ جي لائق ٿيندو.

٩٠ - ٻه مارڳ آهن، من مارڳ ۽ آتم مارڳ. من مارڳ ۾ آتما اکين جي مرڪز کان هيٺ ٿي لهي ۽ اندرين جي رستي دنيا ۾ من ۾ ڦاسي ٿي. آتم مارڳ، من ۽ اندرين کان منهن موڙي، پنهنجي سچيءَ طاقت کي شو ٻيترو ۾ اڪاگر ڪري، شبد سان جڙي، روحاني ديش کي طئه ڪرڻ جو رستو آهي.

٩١ - مولڪي اهو جاڻي خوشي ٿي ته توهين ٽنهي سمرن ۾ چڱي ترقي ڪري رهيا آهيو. اهو اڳين شب ڪرمن ڪارڻ آهي ۽ جيڪا اهميت توهان ٽنهي سمرن کي ڏيو ٿا انهيءَ ڪري ته اهو واڌارو ٿيو آهي ۽ من ۾ نمرتا آئي آهي. جن تجربن جو توهان ذڪر ڪيو آهي سي آساڌارڻ ڪونهن ۽ عام طور جڏهن جڙ ۽ چيتن جي وچ ۾ سنگهرش لڳندو آهي ته اهڙا انڀو محسوس ڪندو آهي. جڏهن چيتن سٿا کي هيٺان ڪڍي ٻيسري تل ۾ کڻو ڪيو آهي ته سمتاءَ جي ڪارڻ ٿي چڱي محسوس ٿيندي آهي. ٻر پوءِ اهي وڌندي آهي ۽ نئي جو سفر سهج نسان طئه ٿيڻ شروع ٿيندو آهي. جڏهن چيتنتا مٿي چڙهي آهي ۽ من اڪاگر ٿيندو آهي ته قدرتي

لوهان جي شڪايت آهي ته پڄن مهل من پٽڪي ٿو. سو
نجي من جي چوڪيداري ڪرايو. اندر ستگوروء جي
ورت نظر اچي يا رڳو اونده هجي، توهين اُنهيءَ ڪسي
ڪي ٽڪيءَ سان ڏسندا رهو ۽ اِهو سڄو وقت سمرن به ڪريو.
ن پوء سانت تي ويندو. جيڪڏهن نام جپڻ مهل توهين
مهنجو ڌيان ايڪاگر نه ڪندا ته پوء من پيو ڀٽڪندو چاڪاڻ
. من جي اِها خاصيت آهي ته هو سست نه رهندو آهي.
٨٧ - توهانجي ڀيڻ ماءُ جا بيمار آهي ۽ ستسنگ ناهي،
لنهن جي ڪنن ۾ آهستي نام ٻڌائڻ جي به منع آهي. اُنهي
ڪي حضور مهاراج جن جو فوٽو ڏيکاريو.
٨٨ - جڏهن توهين پنجن نامن جو سمرن ڪريو، تڏهن پنهنجو
ڌيان اکين جي مرڪز تي رکي، ۽ ڪلاڪ هڪ ٿي آسڻ ۾
وهو. اِهو خيال رکو ته اُنهي وقت توهان جو من پيو ڪجهه ٻه
نه ڪري. جيڪڏهن ائين ڪجهه وقت ڪندا ايندا ته پوء
آهستي آهستي من ۽ آتما جون لهرون شرير جي هيٺين حصي
مان نڪري، اکين جي مرڪز تي اچي گڏ ٿينديون. لوهانجون
ٽنگون ۽ ٻانهون پوء سُن ٿي وينديون. جڏهن ائين ٿئي ته توهان
ڪي خوش ٿيڻ گهرجي ۽ سمجهڻ گهرجي ته سمرن نيڪ طرح
تي رهيو آهي. جيسين آسڻ ۾ ويهجي تيسين پنهنجي آسڻ کي
بدلجي. من مٿان نگاهه رکو ۽ هنڪي ٻيا خيال ڪرڻ نه ڏيو. من
ٿي. اُنهي سمرن ۾ ٿي رڌل رکو. اهڙي طرح جيئن ڌيان شرير
مان آهستي آهستي نڪرندو ويندو، ليئن توهان کي پنهنجي
شرير جي سڌ نه رهندي. پر اندر ۾ توهين سچيت رهندي
پنجن نامن جو سمرن ڪندا رهو. جيڪڏهن ڪير به ڪٿي
ڪلاڪ هڪ ٿي آسڻ ۾ نام جپڻ کان سواء وهي ته به هنجون
ٽنگون سُن ٿيڻ لڳنديون. جڏهن سمرن لاء مقرر وقت پورو

اڪثر ٻري ڪم ڪرڻ کان اڳ، اطلاع ڏيندو آهي. اهو
وويڪ اڳين ڪرمن جي پورتا پوري ڪري ٿو انسان ۾ پيدا
ٿيندو آهي. جيڪڏهن اڳين جنمن جي يادگيري اسانجي دل
جي پٽيءَ تان نه لهي ته پوءِ جيڪر دنيا هلي ڪين سگهي.
دنيا جي برائي ۽ سوارٿ ڪارڻ پنهنجي همت نه هاريو.
ستگوروءَ جي پيار ۽ سنڀال جو ويچار ڪري هميشه خوش
گذاريو.

٨٥ – پوڄا سمرن شروع ڪرڻ کان اڳ ستگوروءَ جي
سروپ جو ١٥ منٽ ڌيان ڪريو پوءِ جڏهن توهين سمرن
شروع ڪريو، تڏهن جيڪڏهن ڪو تارو يا ستگوروءَ جو
سروپ اندر ۾ ڏسو ته اُنهي کي ڏسندا رهو. جيڪڏهن
ڪجهه به اندر نظر نه اچي ته به سمرن ڪرڻ مهل اونده ۾
نهاريندا رهو.

٨٦ – توهان لکيو آهي ته انسان زندگيءَ جي سفر ۾ اڪيلو
مسافر آهي سو ٺيڪ آهي. آهستي آهستي جيئن توهين شرير
کي خالي ڪندا ويندا ۽ من مارگ کي ڇڏي ڏيندا ۽ نام
مارگ تي هلندا ته پوءِ توهين خود ڏسندا ته توهين اڪيلا
آهيو ۽ فقط ستگورو ئي توهانجو ساٿي آهي.

توهين لکو ٿا ته توهان کي موت جو ڏاڍو ڊپ ٿو رهي.
جيئن توهان جو ڌيان شرير کي ڇڏي اندر ويندو، ليئن موت
جو ڊپ گهٽ ٿيندو ويندو.

دنيا جي شين مان موهه هٽائڻ جي باري ۾ حقيقت هيءَ
آهي ته جڏهن توهان جو خيال اندر ويندو ته اهو موهه آهستي
آهستي گهٽبو ويندو. جيئن پاڻ کي شرير کان جدا ڪيو آهي
تيئن پاڻ کي دنيا کان به جدا ڪيو آهي ۽ اهوئي سچو
ويراڳ آهي.

توهان جي شڪايت آهي ته پڇن مهل من ڀڄڪي ٿو. سو
پنهنجي من جي چوڪيداري ڪريو. اندر ستگروءَ جي
صورت نظر اچي يا رڳو اوندهه هجي، توهين اُنهيءَ ڪسي
ٽڪٽڪيءَ سان ڏسندا رهو ۽ اِهو سڄو وقت سمرن به ڪريو.
من پوءِ سانت تي ويندو. جيڪڏهن نام جپڻ مهل توهين
پنهنجو ڌيان ايڪاگر نه ڪندا ته پوءِ من ڀيو ڀڄڪندو ڇاڪاڻ
ته من جي اِها خاصيت آهي ته هو سست نه رهندو آهي.

٨٧ - توهانجي پڊي ماءُ جا بيمار آهي ۽ ستسنگڻ ناهي،
تنهن جي ڪنن ۾ آهستي نام پڌائڻ جي به منع آهي. اُنهي
کي حضور مهاراج جن جو فوٽو ڏيکاريو.

٨٨ - جڏهن توهين پنجن نامن جو سمرن ڪريو، تڏهن پنهنجو
ڌيان اکين جي مرڪز تي رکي، هڪ هڪ ٿي آسڻ ۾
وهو. اِهو خيال رکو ته اُنهي وقت توهان جو من ٻيو ڪجهه به
نه ڪري. جيڪڏهن ائين ڪجهه وقت ڪندا ايندا ته پوءِ
آهستي آهستي من ۽ آتما جون لهرون شرير جي هيٺين حصي
مان نڪري، اکين جي مرڪز تي اچي گڏ ٿينديون. توهانجون
ٽنگون ۽ ٻانهون پوءِ سن تي وينديون. جڏهن ائين ٿئي ته توهان
کي خوش ٿيڻ گهرجي ۽ سمجهڻ گهرجي ته سمرن نيڪ طرح
تي رهيو آهي. جيسين آسڻ ۾ ويهجي تيسين پنهنجي آسڻ کي
نه بدلجي. من مٿان نگاهه رکو ۽ هنکي ٻيا خيال ڪرڻ نه ڏيو. من
کي اُنهي سمرن ۾ ئي رڌل رکو. اهڙي طرح جيئن ڌيان شرير
مان آهستي آهستي نڪرندو ويندو، ليڪن توهان کي پنهنجي
شرير جي سڌ نه رهندي. پر اندر ۾ توهين سچيت رهندا
پنجن نامن جو سمرن ڪندا رهو. جيڪڏهن ڪير به ڪٿي
هڪ هڪ ٿي آسڻ ۾ نام جپڻ کان سواءِ وهي ته به هنجون
ٽنگون سن ٿيڻ لڳنديون. جڏهن سمرن لاءِ مقرر وقت پو

اڪثر ٻري ڪم ڪرڻ کان اڳ اطلاع ڏيندو آهي. اهو ويڪ اڳين ڪرمن جي پوکڻا پوکڻ ڪري ته انسان ۾ پيدا ٿيندو آهي. جيڪڏهن اڳين جنمن جي يادگيري اسانجي دل جي پٽيءَ تان نه لهي ته پوءِ جيڪر دنيا هلي ڪين سگهي. دنيا جي ٻرائي ۽ سوارٿ ڪارڻ پنهنجي همت نه هاريو. ستگوروءَ جي پيار ۽ سنڀال جو ويچار ڪري هميشه خوش گذاريو.

۸۵ - ڀڄن سمرن شروع ڪرڻ کان اڳ ستگوروءَ جي سروپ جو ۱۵ منٽ کن ڌيان ڪريو پوءِ جڏهن توهين سمرن شروع ڪريو، تڏهن جيڪڏهن ڪو ٽارو يا ستگوروءَ جو سروپ اندر ۾ ڏسو ته اُنهي کي ڏسندا رهو. جيڪڏهن ڪجهه به اندر نظر نه اچي ته به سمرن ڪرڻ مهل اوندهه ۾ نهاريندا رهو.

۸٦ - توهان لکيو آهي ته انسان زندگيءَ جي سفر ۾ اڪيلو مسافر آهي سو ٺيڪ آهي. آهستي آهستي جيئن توهين شرير کي خالي ڪندا ويندا ۽ من مارگ کي ڇڏي ڏيندا ۽ نام مارگ تي هلندا ته پوءِ توهين خود ڏسندا ته توهين اڪيلا آهيو ۽ فقط ستگورو ئي توهانجو ساٿي آهي.

توهين لکو ٿا ته توهان کي موت جو ڏاڍو ڊپ ٿو رهي. جيئن توهان جو ڌيان شرير کي ڇڏي اندر ويندو، تيئن موت جو ڊپ گهٽ ٿيندو ويندو.

دنيا جي شين مان موهه هٽائڻ جي باري ۾ حقيقت هيءَ آهي ته جڏهن توهان جو خيال اندر ويندو ته اهو موهه آهستي آهستي گهٽبو ويندو. جنهن پاڻ کي شرير کان جدا ڪيو آهي تنهن پاڻ کي دنيا کان به جدا ڪيو آهي ۽ اهو ئي سچو ويراڳ آهي.

ين اسانجو زبان پڪو نه آهي يعني جيئن مَن ۽ آتما ڪنا نه ٿيا آهن،
ھر کي خالي ڪري اک جي مرڪزي
ين اندروني آواز صاف ۽ لڳاتار ٻڌي ڪين سگهنداسين؟
مارت ۾ اُنتي ڪانه ٿيندي.

من ۽ آتما جي ڌارائن کي بدن مان ڪيڏڻ ڪا سولي ڳالهه
ڪانهي. اِهو تمام آهستگيءَ جو ڪم آهي، جنهن ۾ ورهين
جو سخت پورهيو ۽ محنت گهرجي. جيستائين ماڻهوءَ ڌيان
کي مڪمل طور ايڪاگر نه ڪيو آهي ۽ جيستائين من جون لهرون
سانت نه ٿيون آهن، تيستائين ٻين کي عملي مدد ڪرڻ جو خيال
هڪ وڏي ڀُل آهي. بيشڪ ٻين کي روحاني مدد ڏيڻ
هڪ سٺو خيال آهي پر اِنهي کان اڳ ماڻهوءَ کي خود پنهنجو
انترڪ اُنتو ٿيڻ ضروري آهي. رڳو آواز ٻڌڻ يا روشني
ڏسڻ ڪافي نه آهي.

پشچمي لوڪن کي هميشه جلدي نتيجا گهرجن. پر
من کي سيکارڻ مهنن يا سال ٻن جو ڪم نه آهي ڇاڪاڻ
جو من سالن کان بلڪ ڪيترن جنمن کان ٻاهر ڀٽڪيو آهي
جيئن اهو من تيسري تل ۾ موٽي صبر سان اچي نه ويهندو، تيستائين
اِئين چئي ڪين سگهبو ته ڪو ماڻهو پنهنجن ٻين لئي بينو
آهي ۽ نڪي هو ٻين کي سٺيءَ طرح مدد ڪري سگهندو.

۸۴ - اِهو سٺو آهي جو توهين ستگوروءَ کي من ۽ خيال
۾ رکو ٿا. اِهوئي هن نردئي دنيا ۾ هڪڙو آٿت آهي
ڪال جيڪو هن دنيا ۾ برهم تائين راڄ ٿو ڪري، سو
نردئي حاڪم آهي، جو اسانکي گذريل ڪرمن جي سزا
ڏئي، جن ۾ ذاتي اسانکي سڌ هجي يا نه. اِهو ڪرمن
قرض آهي، جو هنکي ڪنهن به سڌارڻ جي خيال ڪانسوا
اُگاڙو آهي. تڏهن به اسانجو ضمير يا وواڪ اسا

جيڪا ته حضور مهاراج جن مونکي سنگت جي سيوا ڏني آهي، سا مان هنن جي ديا مهر ۽ بخشش سان، جيترو وقت حڪم هوندو، ڪندو رهندس ۽ جڏهن هو مونکي گهرائيندا ته پوءِ مان هليو ويندس. گرو نانڪ صاحب جن فرمايو آهي، ”مان هنجي حڪم سان آيس ۽ جڏهن هو مونکي سڏ ڪندو ته مان هليو ويندس.“ ڪابه گهبرائڻ جهڙي ڳالهه ڪانهي. ستگورو جيئن اسانکي پاڪستان جي ڀيانڪ راهه کان بچايو ۽ پنهنجي حياتي اسانجي ڀاڃ بدلي قربان ڪئي، سو هر وقت اسانجي سنڀال ڪري، اسانکي بچائي پيو.

اسانکي جنم مرڻ جي ڦيري کان ڇڏائڻ لاءِ اسانجو مڪتي بخشيندڙ ستگورو آيو. هن اسانکي نام ۽ ڀڳتيءَ جي بخشش ڏئي اسانکي سچي مالڪ سان ملائي ڇڏيو.

ڄمڻ ۽ مرڻ ڪڏهن به نه گسايو. هوهان دنيا ۾ پنهنجي چوڌاري اهڙيئي حادثا ڏٺا آهن. خبر نه آهي ته هن کان پوءِ ڇا ٿيندو! ڄمڻ ۽ مرڻ ٿي اسانجي ملڪيت آهي جا اسان سان گڏ هلندي. بلڪ اسانجو سرڀر جنهن جي اسين رات ڏينهن پرورش ۽ سنڀال تا ڪريون تنهن کي به ڇڏڻو پوندو. ڇاڪاڻ اسانجو ڪجهه به نه آهي. نٺ ۽ شيون اسانجون آهن، ڇڪ ستگورو ۽ سندس نام، پر انهن سڀني لاءِ اسانکي پيار ڪرڻهي. من اها ڳالهه چاهي ٿو يا نه، پر توهان کي پنهنجو ڏورو وقت هر روز ٻيا ناڪي جي ڄمڻ مرڻ کي ڏسڻ گهرجي.

ڏيان ڪرڻ وقت من کي ڪوشش ڪري ڇڪي هند بيهارڻ ۽ ستگوروءَ جو سروپ اکين جي مرڪز تي جهليو. آهستي آهستي من قابوءَ ۾ اچي سامت ٿي ويندو. اهو ڇڪ ڏينهن جو ڪم نه آهي، انهي ۾ سالن جي اورهئي جي ضرورت آهي.

٠ ٠ ٠

چاڪاڻ تہ
شش کي پنهنجي پياري ڪان اڳ، مرڻ گهڙيءَ
ڪو پوءِ چيڙو تو رهي، تنهن لاءِ زندگي پاڪ سڄي دنيا
ڪ روپ آهي."
حضور مهاراج جن اسان ٿي سيڪارين ٿا تہ سنت مت ۾
مالڪ جي رضا تي راضي رهڻ ۾ ئي ڀلائي آهي. مولڪي
سنگورو جي حڪم جي پيروي ڪرڻ جي ڪابہ طاقت
ڪانهي، اِها هنن جي اَلي ڪريا آهي جا مولڪي سندن
حڪم موجب هلائي رهي آهي.
پيو نام جي باري ۾ توهان جي پڇا بابت مان توهان لاءِ
حضور مهاراج جن جا وچن وري دهرائيندس تہ جڏهن هنن کان
پڇيو ويو هو تہ جيستائين ساڌ ڪ پار برهم ۾ نہ پهتو آهي،
ليسين هنڪي نام جي بخشش نہ ڪرڻ گهرجي، اِها ڳالهہ
ڪيتري قدر سچي آهي؟ تنهن تي ستگرن فرمايو، "دراصل، نام
تڏهن ڏيڻ گهرجي جڏهن هو سگهند پهچي؛ اِهو پڻ ستگوروءَ
جي حڪم موجب هئڻ گهرجي. اِنهيءَ ڪانسواءِ جيون جي
ڪرمن جو بوجو کڻڻ ڪا سولي ڳالهہ ڪانهي! مان پاڻ
جن کي نام تو ڏيان ٿو ڪي بابا جيمل سنگهہ مهاراج جن جي سپرد
تو ڪريان." هاڻي جڏهن هن پرم سنت اِها تاڪيد ڪئي تہ پو
شش اِنهيءَ جو پاڻ مطلب ڪيئي سگهن ٿا. مون تو مهنا نام نہ ڏن
جيستوڻيڪ حضور مهاراج جن پنهنجي هوندي اِئين ڪرڻ
مولڪي فرمايو هو پاڪ اهڙو لکيل حڪم بہ ڏنو. بهتر ٿي
تہ اِنهي جو سبب نہ پڇايو وڃي.
هي ڏيڙو، اسانجي ڀاڄهاري ستگوروءَ جو آهي؛ ح
اسانجو پورو اِستان آهي. حضور بابا جي مهاراج؛ ح
بابا ساون سنگهہ مهاراج جن هن اِستان کي ست پنجهٽ سالن ج
ساڻ پورو ڪيو آهي؛ جيون تي نام جي بخشش ڪئي

رهي ٿو. اهو به ياد رکو ته عقل جي دليل بازي ٿي سڀ ڪجهه ڪانهي. جذبات به هن دنيا ۾ خاص طور گرهست ۾ ڪابه اهميت نٿي رکي. بحث مباحثو ڪرڻ ڇڏي ڏيو ۽ ان ڪري ڪيترين مشڪلاتن آسان ٿي پونديون.

توهانجو پتي جڏهن مالي حالتن سبب پريشان ٿئي ٿو ۽ غير ستسنگي هئڻ ڪري ۽ ڪرمن جي قانون مان ناواقف هئڻ سبب، هو انهن سڀني پريشانين لاءِ توهانکي ذميوار ٿو سمجهي ۽ توهين دکي ٿا ٿيو. پر توهانکي هن کان وڏيڪ جاڳڻ آهي. جڏهن توهين سندس ان روش سبب اداس ٿا دکي ٿيو ته وڃي ڀڄن ۾ ويهو، نام جو سمرڻ ڪري شبد سان جڙو. جڏهن من دنيا مان بيزار ۽ اداس ٿيندو آهي ته پوءِ ان کي اندر لڳائڻ ۽ ان لاءِ اندر ۾ سک ۽ شانتيءَ جي تلاش، آسان ٿيو پوي.

٩٧ - پريم ۽ ماتور سڄڻ ...... اسانجي پياري ستگوروءَ جا لاڏلا ستسنگي ڀائرو ...... حضور مهاراج بابا ساون سنگهه جن جي پرڪاش ميں ستسنگن ۾ توهان ڪيترا دفعا ٻڌو هوندو:-

" ڪبير هم سب سي برّي، هم تج برو نه ڪوءِ،
جن ايسا ڪر مانيا، متر همارا سوءِ. "

ڪبير صاحب جن فرمائين ٿا ته مان سڀني ۾ برو آهيان ۽ مون کان سواءِ ٻيا سڀ چڱا آهن. جن اِئين ڪري سمجهيو آهي اُهي ئي منهنجا متر ۽ پيارا آهن.

تنهن ڪري ڀائرو! جيڪڏهن ڪو پاپي، بيڪار ۽ گنهگار آهي ته اهو مان ئي آهيان. ڇو؟ ڇاڪاڻ ته پاپيءَ موجب ؛

انهيءَ مرڪز
ڪنهن به حالت ۾ پر پهتا آهيو. چاڪاڻ ته انهن ڪرڻ سان
...ڪل نزديڪ ڪوشش نه ڪريو، هينئان هٽندي ويندي
...ڦولڻ جي چيئن چيئنتا شريرمان بخود اهو مرڪز
...ن لي زور پوندو. وڌندي ويندي ليئن خود جسماني بلڪ
...ابڪاگرتا آرام ڪرڻ سنو آهي پر آرام نه رکو پراڻي
...ظر ايندو. توهان جو من بار بار انهيءَ تڪليف وري
...مانسڪ به هٽڻ کپي. تو ۽ ليکيجو اهو تو ٿئي ته جڏهن
...ڳالهه کي سوچي تو مطلب ته پورو آرام ڪونه تو ملي ۽ هلچل
شروع ٿي ٿئي. تو ته نسن ۾ به سوچي
انهيءَ خاص ڳالهه جي باري ۾ من

شرير جي
ڏيو. زور نه ٿئي ٿي.
ڪنهن به نموني اکين تي ڪو به مناسب هجي. ڪڏهن
الڳن کي اهڙي نموني هلائڻ کپي جيئن اڇڻ نه کپي. سبڻ
ڪڏهن پاڻي پڙهو پر اکين تي گهڻو زور لڳائڻ جي ضرورت
پرڻ مشين جو ڪم آهي ۽ ان ۾ من جتي من کان ڪم
ڪانه پوندي آهي. زور اچي ٿي پوندو آهي چان بين نه ڪرايو
ونڊو پوندو آهي. ڪنهن به مسئلي جي زياده اگيان ٿي بيٺي هوندي
چاڪاڻ ته پوءِ ان مسئلي جي صورت ڪين سگهندا.
آهي، الڪري توهين مڪمل آرام پائي پوئلڳن سان گڏ
”راڌا سوامي ستسنگي پين ڌرمن جي پڌائڻ نه کپن.
مسجي سگهن تا پر کين اندرئان راز پين کي صلاح
ها، اهو رت جو داب ڪونهي ۽ ڊاڪٽر سان ناراض ر...
جي ضرورت ڪانهي. پوءِ پاڻي توهانجو پتي ڏاريندو رهي، اهو
وقت به وقت توهانکي ان جي ياد آهي. آخر اها ڳالهه ڪا
ڪرمن ڪٽجڻ جو هڪ طريقو سگهي پاڻ سمرن کي وقت ڏ...
ڪانهي ته جيئن به ٿي ستسنگين جي سنيال
همشه پنهنجي
ستگورو

جنهن ڏينهن ستگرو جيو کي نام ڏني ٿو تنهن کان وٺي ستگرو اهڙو پربند ٿو ڪري ته جيئن جيئن جيو ڀرالبڌ کي پوري ٿو لهڻ هندي سڀڪنهن ڀيچ ۾ بندوبست به ٿيندو رهي ٿو. جيڪڏهن شش کي ستگروءَ جي وچنن لئي ڀروسو ۽ وشواس آهي ۽ هنجي هدايتن لئي هو همت ۽ دليريءَ سان عمل ڪري ٿو ته پوءِ هنکي سنتوش ۽ شانتي حاصل ٿين ٿا. پر جي شش هدايتن جي عمل ڪرڻ ۾ بي پرواهه آهي ته پوءِ خوشي ۽ غم جدا جدا وقتن لئي هنکي ڏوڏي ٿا وجهن ۽ پوءِ ڏکن ۾ هو ستگروءَ کي ياد ٿو ڪري. اهڙا ڳالهه بس شش جي فائدي لاءِ آهي.

ستگرو ڪڏهن به ڀُل نٿو ڪري. هو خود شبد آهي. هو انساني روپ ۾ خود مالڪ آهي. جيستائين جيو اوڏو دروازا خالي ڪري ستگروءَ جو اندر ۾ درشن نٿو ڪري، تيستائين هنجو ڏيان اڃان ڪچو آهي ۽ هنجو ستگروءَ ۾ وشواس بہ پڪو نہ آهي.

ڪاڏ ماءُ پنهنجي ٻار کي ڏکي حالت ۾ ڏسڻ چاهيندي آهي؟ پر جڏهن هو بيمار ٿيندو آهي، تڏهن هوءَ ڊاڪٽر کان دوا وٺي ٻار کي ضرور پيار ئيندي آهي، پوءِ ڪيتري هو ڪترين ۽ روئون ڪري ۽ اعتراض وٺي. ٻار جي ڀلائيءَ جو هردم هوءَ خيال رکي ٿي. ڪڏهن به همت نه هاريو ۽ ڏوا پنهنجي اندر ۾ جهاتي پايو. ستگرو سدائين توهان سان گڏ آهي ۽ هنجو پيار ڪڏهن به نٿو بدلجي.

٨٣ — شبد، تارا ۽ روشني سڀ اندر آهن. جڏهن اساجو من نون دوارن کي طئه ڪري ٿو، تڏهن هو شبد ٻڌي ٿو ۽ روشني ڏسي ٿو. پر جڏهن من ڦتيل آهي تڏهن هو هيٺ ٿو [illegible] ۽ اندر ۾ ڪجهه ڏسي ۽ ٻڌي نٿو سگهي. تنهن ڪري

تي ”مان اهو آهيان“ ڇاڪاڻ ته هوءَ ڏسي ٿي ته ٻئي
آهيون، هڪ سمنڊ آهي ۽ ٻيو انهيءَ جو ڦڙو آهي. توهين
سمجهي سگهو ٿا ته انهي ۾ اختلاف جي ڪابه
ڪانهي.
جيڪي پنج نام آهن سي پنجن منزلن يا ديشن جي مالڪن
نالا آهن. اهي ديش سچکنڊ پهچڻ تائين آتما کي پار ڪرڻا
ن ٿا. هدايت بموجب انهن جي سمرڻ ڪرڻ سان من اڪاگر
ٿي ٿو. پر اهو شبد ئي آهي جو توهانکي هڪ منزل کان
ٻيءَ منزل تائين بلڪ ويندي سچکنڊ تائين مٿي ڇڪي
ٿو وڃي.
توهان لکو ٿا ته اڀياس وقت توهان کي شبد ٻڌڻ ۾
اچي ٿو. پر انهي حالت ۾ شبد توهان کي مٿي ڪين ڇڪيندو
ڇاڪاڻ ته توهان جو خيال اڃان شرير مان ٻڌو پيو آهي.
اميد ته هاڻي توهان کي صحيح حالت سمجهڻ ۾ آئي هوندي.
۴۸ – زمانو بدلجي پيو ۽ بدلبو رهندو، پر نام نٿو بدلجي.
آد کان شبد جي دارا هلندي آئي آهي. اهو شبد
آهي جو وقتن کي بدلائي ٿو ۽ سڀ بدل سدل آڻي ٿو.
جيستائين اسين پنهنجي خيال کي نام سان جوڙيون ٿيستائين
اسين بدل سدل جي وچ ۾ آهيون. ڪڏهن خوش آهيون ته
وري ڪڏهن دکي آهيون. انهيءَ ڪري ئي سنت اسانکي
چون ٿا ته پنهنجو خيال شرير جي نون دروازن مان ڪڍي
شبد ۾ جمايو. جيئن اِئين ڪريون ٿا ليئن اسانجو خيال بدن مان
نڪري نام جو آنند ماڻي ٿو ۽ پوءِ اسان ۾ سهڻي شڪتي
روحاني قوت پيدا ٿي ٿي. مايا جي ناسولت حالتن مان نڪري
اسين نام جي لافاني دائري ۾ اچون ٿا ۽ جنم مرڻ جي ڦير
نڪري دائما خوشيءَ جا حقدار ٿا ٿيون.

يا شبد آهي ۽ هن جو "Sermon on the Mount" يعني پهاڙ وارو
اپديش فقط اخلاقي سکيائن سان ڀريل آهي. انهي صداقت
تي گهٽو ڌيان نه ڪرڻو پر انهي سکيا ڏانهن ڌيان ڏيڻو نه
The Word was with God يعني شبد مالڪ ۾ سمايل هو ۽ جو
اڃا تائين مالڪ پاڻ آهي، جنهن کي پراپت ڪري سگهجي
ٿو. انهن سوچڻ غلط آهي ته سنت مت اسانکي سوارٿي ٿو
بڻائي ۽ رڳو پنهنجي مڪتي حاصل ڪرڻ ٿو سيکاري.

٨١ – سوهنگ جو مطلب آهي "اهو مان آهيان" پر اهو
ڪنهن به خاص ماڻهوءَ ڏانهن اشارو نٿو ڪري ڇاڪاڻ ته هن
وقت هي جيو شرير ۽ من اندر بند آهي. اهو جيو آتما جي
روحاني واڌاري جي خاص منزل ڏانهن اشارو ٿو ڪري ۽ اکي
انهن ماڻهن ڏانهن جيڪي پنهنجي اڌوري حالت جي باوجود
پاڻکي برهم ڪري ٿا سمجهن.

پهرين اسانکي ٻن ڀرن جي وچ اکين جي مرڪز تي
ڌيان کي جمائڻو آهي ۽ وڌيڪ نه ته گهٽ ۾ گهٽ هر روز
ٻه ڪلاڪ پنجن نامن جو سمرن ڪرڻو آهي. اهڙيءَ طرح
جيستائين سڄي سرت ۾ پکڙيل پيئي آهي، تنهن کي
مٿي اکين جي مرڪز تائين سميٽڻو آهي. پوءِ اسين انهي
ديس ۾ پهچنداسين جتي جوت نرنجن جو راڄ آهي. پوءِ انهي
کان مٿي ٻئي شبد کي پڪڙي ترڪٽي يا ڪارڻ ديس ۾
پهچنداسين. هن کانپوءِ اسين ٽئين منزل تي پهچنداسين جتي
آتما ٽنهي پردن، اسٿول، سوکشم ۽ ڪارڻ کان آزاد ٿئي ٿي.
انهن بندشن مان آزاد ٿي آها زور سان مٿي ٿي هاڻي ۽ سنت مت
جي چوٿين منزل يعني سوهنگ پهچي ٿي، جنهن بابت توهان
پڙهيو آهي. انهن پردن کان آزاد ٿي، پنهنجي روحاني اصليت
جاڻي ۽ مالڪ سان پنهنجو سمبنڌ سمجهي آتما خوشيءَ مان

محبت ڪري ھو مالڪ کان جدا ٿي پنھنجي بربادي ٿيون
ٿين . ستگوروءَ جي سنگت سان ۽ سندن سکيائن تي ھلڻ
انپوءِ آتمائن کي پنھنجي گراوٽ جي خبر ٿي پوي . پوءِ ھو
وروءَ جي ھدايتن موجب ابياس ڪري پنھنجي اصلي وطن
ٿان آيون ھيون آلي وڃي ، وري انھي ساگر ۾ لين ٿيون ٿين .

شيب ڪرم ۽ مالڪ جي مھر ، اھي ٻئي ڳالھيون جيو کي
ھي گوروءَ سان ملائين ٿيون .

آتما سڀ ۾ موجود آھي ۽ جڏھن ھن تان من ۽ مايا جو پردو
ٿي ٿو تڏھن ھوءَ شبد ۾ لين ٿي وڃي ٿي . ستگورو ٻڌائين
نا نہ ھر ٻوٽي ، وڻ ۽ ڪٽي ۾ آتما آھي . چيتنتا جو جيڪو
نفاوت ٻوٽن ۽ حيوانن جي وچ ۾ آھي سو حقيقت ۾ انھي
ڪري آھي جو ھن دنيا ۾ آتما من جي اڌين آھي جنھن
کي ھينين جونين ۾ پنھن تتن جي گھٽتائيءَ ڪري پوري خبر
ٿي پوي . سڀ آتمائون سمان آھن . آتما ئي زندگي آھي ، آتما
روشني يا چيتنتا آھي جا من ۽ مايا جي ڏند ۾ ڍڪي پيئي
آھي ۽ اگيان جي اونداھي ڪارڻ انھيءَ کي ڏسي نٿو سگھجي .
ھينين جونين ۾ اھو اونداڪار وڌي ٿو ۽ سمجھ گھٽجي ٿي .

ائين نہ آھي نہ پورن سنت گذريل ٽن جڳن ۾ دنيا ۾ ڪين
يا آھن . ڪبير صاحب جن پنھنجن پستڪن ۾ فرمايو آھي نہ
ئو ھرهڪ جڳ ۾ آيو پر ڪن جيوي ماڻھن ھنجي سکيائن
ي گرهڻ ڪيو . ڪلجڳ ۾ انھن ماڻھن جو تعداد گھڻو وڌيو
ھي جي سنت مارگ تي ھلڻ جي ڪوشش ڪرڻ لاءِ تيار
ھن ڇو نہ ماڻھو دنيا جي ڪن ٻين شين جي مزن مان بيزار
ي پيا آھن . جيسين سنت ستگوروءَ سان ميلاپ نہ ٿيو آھي
تيسين آتما جنم مرڻ جي چڪر ۾ ڦيٿي ڦرندي .
اھو سچ آھي نہ ڪرائيسٽ جي سکيا "Word" يا "Sound Current"

جڏهن مٿس پنهنجي سرت کي اندر اڪاگر ڪري ۽
جيڪو حوالو مالڪ هنجي اندر رکيو تنهن کي هٿ ڪري ۽
پنجن دشمن کي جيتي سگهجي ٿو. شبد اسانجي اندر آهي ۽
جيڪو پنهنجو ڌيان اندر لڳائيندو سو ٻڌي سگهندو. جيڪڏهن
ساڌڪ پنهنجي ٻڌڻ جي شڪتين کي انترمک ڪندو
ته پوءِ هو شبد کي ٻڌي سگهي ٿو. اهو نهايت سوکشم ۽
باريڪ رستو آهي جو پوري طرح ڪتابن ۾ سمجهائي نٿو
سگهجي. اهو زنده پورڻ گروءَ جي سنگت مان ملي سگهندو:
پيرين ماڻهوءَ کي پنهنجي ڌيان کي مڪمل طور اڪاگر ڪرڻ
جي ڪوشش ڪرڻ گهرجي، جنهن لاءِ گهڻيئي زنتا آهن:
جڏهن ڌيان اندر وڃي ٿو تڏهن ساڌڪ پيغمبرن ۽ رشي منين
سان جدا جدا دنيا ۾ گڏجي ٿو، جيتوڻيڪ انهن کي گذري
گهڻوئي وقت ٿي ويو آهي.

٧٩- ٻاهرين راڳ ۽ ساز سڀ سٺا آهن پر اهي راڳ
آتما جو نه، صرف من جو کاڌو آهن. انهن جي ٻڌڻ جي منع
ڪانهي پر اهي پنجن سرن ۾ رڪاوٽ نه ٿيڻ گهرجن ۽ پنجن
سرن مٿل ڌيان کي نه ڦهلائن. اهائي ڪسوٽي آهي. اسان
کي ڪوشش ڪري اندر وڃڻ گهرجي، جيڪي اسانکي
اندر وڃڻ کان روڪي سو نقصانڪار آهي. البت هر ڪنهن
ماڻهوءَ جي جدا جدا حالت آهي، اسانجو مقصد آهي سرت
کي مٿي چاڙهڻ ۽ شبد سان اندر ملي هڪ ٿيڻ.

٨٠- جيڪي سوال توهان پڇيا آهن تن جا جواب جڏهن
توهين پاڻ ۾ ترقي ڪندا، تڏهن وڌيڪ سمجهي سگهندا.
جيترو ٿي سگهي اوترو اندر وڃڻ جي ڪوشش ڪجي.

هر ڪا آتما جيتنا جي ساگر جو هڪ ڦڙو آهي. موڪ موجب
آتمائون هيٺ اچي ٿيون ۽ روحاني ترقي ڪن ٿيون يا من جي

ماس مڃي يا
هن اپياس کي شروع ڪرڻ لاءِ جگياسوءَ کي ماس مڇي يا
اهڙا لت هجن سي اَصل کائڻ نه گهرجن ! لڪي
ون جن ۾ ٽامسي شيون ڏيان کي
راب وغيره ورتائڻ گهرجي. اهي وڏي رڪاوٽ ٿيون
هلائي ٿيون ڇڏڻ ۽ اهڙي طرح پاڻ ۾ وڏي رڪاوٽ ٿيون
وجهن. اهي ڪرمن جي قرض جو بوجو جو اڳي ئي ڳرو
آهي، تنهن کي وڌائين ٿيون. ڪرمن جي بار کي جيترو ٿي
سگهي اوترو گهٽائڻ گهرجي. تنهن ڪري جو شخص روحاني
راهه تي هلڻ چاهي، تنهن کي انهن شين کان پرهيز ڪرڻ
گهرجي. مون کي وڏي رڪاوٽ آهن.
توهان لاءِ وڏي عزت ۽ همدردي آهي پر لوهين خود محسوس
ڪري سگهو ٿا ته اهي رستي ۾ چاڪاڻ ته جيسين
ماس کائڻ نه ڇڏيو ليسين روحاني سفر شروع ڪري نه سگهبو.
شرط ضروري آهن چاڪاڻ ته جيسين
٧٨ - ڪيترين ئي ڳجهيون شڪتيون انسان جي شرير ۾
لڪل يا گپت آهن، جي آهستي آهستي ڪوشش سان جاڳائڻيون
آهيون لڏهن ماستر ٻار کي ٻاهران ڪجهه نه ڪين ڏيندو آهي
۽ وس ۾ آڻيون آهن. جڏهن اسين ٻار کي سڪول موڪليندا
هو رڳو ٻار جي دماغ ۾ گپت شڪتين کي جاڳائيندو آهي
ي حالت روحاني شڪتين جي آهي. انهن شڪتين جي
ري ثابتي ٽڏهن ماندي جڏهن پنهنجي اندر وڃي ڏسندا
منش شرير روحاني کوجنائن ڪرڻ جي هڪ پريوگ
هي جنهن جي ثابتي سرت کي اندر وٺي وڃڻ سان ملي
جڏهن لوهين پنهنجو ڌيان مڪمل طرح اڪاگر ڪندا
ته جيڪڏهن لوهين پنهنجي ڌيان يا خيال جي ڌارائن کي، جي
شرير ۾ ڦهليل آهن، گڏ ڪري شو نيتر ۾ آڻي اَندر
نهاريندا ته پوءِ لوهانکي اندر ۾ تمام لڪي روشني ۽ اَ
ڏيس ڏسڻ ۾ ايندا، جتي هر وقت راڳ، راڳڻيون ٿي رهيون

جو سچو راز ۽ ڳجھ لڪائيندڙ منش شرير ۾ اکين کان مٿي ۽
اندر ڏسڻ ۾ ايندو. ۾ روحانيت جي بناوت من جي پردي
پٺيان، من اندر آهي ۽ اسانجو من هزارن جنمن کان وٺي ٻاهر
ڀٽڪندو پيو رهيو آهي.

انسان کي ئي اهو اڌڪار آهي ته هو پنهنجو خيال ٻاهرين ۽
دنيا مان ڪڍي، پنهنجي اندر وجهي، اندروني دنيائن کي
ڏسي سگهي. تنهن ڪري ٻهراڙين ۽ مکيه فرض انسان جو
اهو آهي ته هو پنهنجو ڌيان اندر ايڪاگر ڪري ۽ جتان اهو
ٻاهر آيو آهي اُتي کي اُتي ٽڪائي. اُهيءَ جاءِ کي 'ٽين اک'
۽ چيتنا جو مرڪز ڪري سڏين ٿا. هيءُ اهو مرڪز آهي
جتان چيتنا جي لهر هيٺ لهي ٿي. آواز يا شبد اُنهي مان
ٿو نڪري، تنهنڪري ڪرائيسٽ اُنهي کي 'Word' چيو آهي
۽ ڊاڪٽر جانسن پنهنجي ڪتاب ۾ اُنهي کي 'Audible Life Stream'
يعني "جيون ڌارا جنهن کي ٻڌي سگهجي ٿو" سڏيو آهي.
اهو سڌو رستو آهي جو اسانکي واپس پنهنجي اصلي روحاني
وطن يعني مٿي جي چوٽيءَ تي وٺي ويندو، جتان آتما آد ۾
شرير ۾ هيٺ لٿي. ٻن اکين ۾ جيڪي ته اسانجو روحاني سفر
ٻن جي آگرائن مان شروع ٿئي، مٿي جي چوٽيءَ تي
پورو ٿئي ٿو.

جڏهن اسانجي چيتنا شرير مان سميٽجي اکين جي مرڪز
تي اچي ٿي يعني جڏهن اها سنسار جي جڙ شين مان نڪري
جدا ٿي ٿئي ته پوءِ اسانجون ڪچايون ۽ ڪمزوريون ختم ٿيڻ
شروع ٿين ٿيون. ڪام، ڪرودڌ، لوڀ، موهه، اهنڪار
وغيره نڪري ٿا وڃن ۽ اسان ۾ روحاني شڪتيون اُڀرن
ٿيون. اُهيءَ ڳالهه کان پوءِ ئي منش کي پنهنجي حقيقت ۽
مالڪ جي خبر پوي ٿي.

سنن جيڪي مالڪ سان ميلاپ ڪرڻ جا آزمودا پراڻا انهن جو
ڪر آهي ؛ هر ڪنهن کي پنهنجي اندر وڃي ، مٿين منڊلن
ي چڙهي ستگرن جي سکيائن جي خود تحقيقات ڪرڻي آهي .
سوهين اِها ڳالهه مڃيندا ته اسين ڪابه ترقي ڪري ڪين
سگهنداسين جيسين اسانکي ستگرن جي بنيادي مارڪ ۾ وشواس
نه هوندو . پرمارٿ ۾ ترقيءَ لاءِ ستگرن جي هدايتن ۾ وشواس
هڻڻ ضروري آهي . جيڪڏهن شاگرد کي اُستاد ۾ وشواس
نه آهي ته پوءِ هو سکي ڪين سگهندو .

شبد جي ساڌنا سان جيو جا ڪرم ڌوپجي تا وڃن ؛ جيئن
آتما مٿي وڃي ٿي ، ليڪن جيو جي اِڇا شڪتي به وڌندي
وڃي ٿي . اندر ۾ شبد ٻڌڻ سان ڪرمن جو وناش ٿو ٿئي .

انسان اَشرف المخلوقات آهي ؛ جيڪڏهن هن جا ڪرم منش
جوڳا هوندا ته پوءِ هو اڳيان وڌندو ويندو پر جيڪڏهن هو
نيچ جانورن ، پکين يا جيتن وارا ڪرم ڪندو ته پوءِ جهڙا
هن انساني چولي ۾ ڪرم ڪندو ، انهن موجب هو جنم وٺندو .
٧٧ — توهان جي مرضي سنت مت جي سکيائن لئي هاڻ
جي آهي پر وشنو ڪاڏي ڪاڻڻ ۾ توهان کي تڪليف ٿي ٿئي .

پرماتما انسان جو شرير اهڙي نموني ٺاهيو آهي جو جيڪي
اکيون ٻاهر ڏسي رهيون آهن سو سڀ هن جي اندر ۾ آهي .
عالم صغير ۾ عالم ڪبير آهي يعني سڄو برهمنڊ انسان جي شرير
اندر سمايو پيو آهي ؛ خود خالق منش جي شرير اندر
آهي . تيسري تل ۾ پهچي چڱي طرح سان توهين اهو برهمنڊ
؛ جيڪي انهي ۾ سمايل آهي سو ڏسي سگهو ٿا . ڪرائيسٽ
چيو آهي ، ”پرماتما جي بادشاهت اوهانجي اندر آهي .“
اِها ٻاهر ڪٿي به ڪانه ملندي . پاڻ کي چڱي طرح ڄاڃي
ڏسڻ سان توهين برهمنڊ جو اڀياس ڪري سگهو ٿا . انهي

بدلجڻ گهرجي. شبد جو واسو يبشڪ لوهان جي سچي سرلر ۾ آهي پر اهو شبد لوهان کي مٽي نہ ڇڪيندو. اهو لڏهن ئي سگهندو جڏهن لوهن پنهنجين اڃائن کان آزاد ٿيندا ۽ هاچيڪارڪ ۽ ناجائز سڌن کي ٻاهر ڪڍي، ٻاڻ کي شبد جي حوالي ڪندا. اهو صرف لڳاتار سمرن سان ممڪن ٿي سگهندو ۽ اهو ئي عمدو عملي طريقو آهي جنهن سان لوهن پنهنجي ستگرو ۽ جنهن اوهان لي اهڙي دنيا ڪئي آهي، جي شڪر گذاري ڪري.

٧٤- مان لوهان جي ڪناني بخوبي سمجهان ٿو. اهيا من جي چالاڪي آهي نہ پهرين سمرن مهل، هر قسم جا سوال ۽ مسئلا هو اسانجي ذهن مٿان مڙهي ٿو. پنهنجي اڃا شڪتيءَ سان لوهن اجاين خيالن کي هٽائي ڇڏيو. جيئن جيئن لوهانجي اِڃا شڪتي من مٿان غالب پوندي ويندي، ليئن ليئن رستو صاف ٿيندو ويندو، پاي ڪٿي ظاهري لرقي لظر نہ اچي.

سمرن بنياد آهي ۽ بنياد مضبوط هئڻ گهرجي. سمرن نہ رڳو روحاني ساڌنا ۾ بلڪ دنيوي ڪمن ۾ بہ وڏو مددگار آهي. پيا سڀ خيال من مان ڪڍي، لڳاتار، لت لبر، سمرن ڪرڻ سان سڀ معورت پورا ٿين ٿا. جيڪڏهن لوهانکي سويل صبوح جو وقت سهوليت پرس نہ لڳي نہ پوءِ ڏينهن جو جيڪو بہ وقت ماي لنهن وقت پهرين سمرن ڪري سگهو ٿا.

٧٥- لوهانجي پهرين ۾ لرقي ٿي رهي آهي، اها ڏڪسٽي خبر آهي. اڃا بہ اوروج ٿي ڪوشش ڪندا نہ وڌيڪ لرقي ٿيندي. لنگن جو سڀ اُنڊ ۽ سچي لدن ۾ هلڪائي محسوس ڪرڻ اهي خيال جي اڪاڪرتا جون نشانيون آهن.

٧٦- سنت مت ڪتابي عنبدا مٿان نہ لو مڙهي. هتي ۾

جيئن ... ٻاهر تو ڪڍي. جيئن
...ن بخش ٿيندو آهي ۽ پڇڻ وڪارن کي ...
...هان جو من اڪيءَ جي مرڪز تي ڌيان ڄمائڻ سگهندو ته پوءِ
...هو ڏيندار مرضيءَ موجب ڪري سگهبو. ڪنهن به حالت ۾
وڪجي ٻيهڻ نه گهرجي بلڪ اڳتي وڪ وڌائو ۽ پوءِ توهين
سدائين هنن جي پيار ۽ آنند ۾ مگن رهندا.

٧٢ - ستگورو مري نٿو، هڪ الوڪڪ شڪتي آهي ۽
پيار ۽ ... سدائين سنڀال پيو ڪري. پيار ۽
شبد روپ ۾ توهان جي سدائين توهان جو ڌيان اندر وڃي
وشواس سان پاڻ ڪندا رهو. جيستائين توهين پهنجون ڏڻتون
ستگوروءَ کان هدايتون نٿو وٺي، تيسين توهين پهنجون ڏڻتون
پلي مونکي لکو. توکي هر روز نيم سان پاڻ کي وقت ڏيڻ
۽ ڪوشش ڪري شرير خالي ڪري شبد کي
گهرجي ۽ ...

...بند ڪرڻ گهرجي. ... ايترو مهتو ڪونهي
٧٣ - سنساري پدارٿن جو ايترو مهتو ڪونهي
جيترو اسين انهن کي ڏيون ٿا. من ٿي اسانجو وڏو
دشمن آهي پر جڏهن هنکي پوري طرح سان قابو ڪبو ته
ڪهڙي طريقي ذاتي هيٺ آڻبو پوءِ هو اسانجو پڪو دوست
مددگار پڻ ٿي سگهندو. سڀ ڳالهه ۾ پلائي سمجهڻ جو ...
مام سهائڪ تو ٿئي، پر سچ پچ جيڪو اسانکي سچو فائد...
تو پهچائي اهو سمرن آهي. اهو عجيب جادو آهي. انهن...
جي ضرورت ۽ تاثير توهين تڏهن معلوم ڪري سگهو...
جڏهن ايڏائي ڪلاڪ پاڻ سمرن کي ڏيندا ۽ پيا سڀ خيال...
فڪر ڇڏي ڏيندا. سهج سڀاءَ سمرن توهان جي ڌيان...
شرير جي هيٺين ڀاڱن مان ڪڍي مرڪز تي آڻڻ ۾ مدد ...
۽ تنهن کان پوءِ ٿي توهان جي روحاني ترقي شروع ٿين...
آنند جو تبديل واهو منبدل، وڏيڪ پڪا ۽ آنند...
آ... ڏا جن جو روشنيءَ ۽ شبد تي بنياد رکيل آهن

نہ پوءِ سڀ وکڙ ختم ٿي ويندا ۽ شد مان پورو مڪمل فائدو اوهان کي ملندو. مڪمل ڌيان جي اها ڪسوٽي آهي نہ شش کي شريرَ جي ڪا سڌ نہ رهي، پر اندر ۾ هو سچيت هوندو آهي.

تفاوت اهو آهي تہ خواب ۾ خيال ڪنهن جڳهہ وٽ هوندو آهي پر ڌيان ۾ انهن جي مرڪز تي ڌيان جمائڻ سان شرير خالي ٿو ٿئي. پيار، وشواس ۽ اورجائي اهي سڀ ڪاميابيءَ جون ڪنجيون آهن.

٧٠- جيئن اوهان کي سڌ آهي تہ ڌيان ڪرڻ، هڪ روحاني ساڌنا آهي ۽ ٻوڪ آسڻ وغيرہ ساڌنا ۾ مدد لاءِ آهن ۽ هر ويرو ڪي اهي ضروري نہ آهن. جيڪڏهن ڪنهن عضوي جو نقص يا ضعيفائي، هيٺين عضون ڏانهن ڌيان ٿي ڇڪائي تہ پوءِ انهن جي مرڪز تي ڌيان جمائي رکڻ لاءِ ڪو آرام دائڪ آسڻ اختيار ڪجي.

پر اهڙيءَ ۾ سدائين اسانجو اهو مقصد هئڻ گهرجي تہ آهستي آهستي پنهنجو وقت وڌائيندا وڃون، جيستائين اڪو هڪ ٿي پيري آڌاڻي ڪلاڪ ويهي سگهون. ائين ڪرڻ ۾ لڪڻ نہ ڪرڻ گهرجي پر اها ترقي پڪي هئڻ گهرجي.

پنڇمي مائڻن کي انهن اکرن جا اُڌار سدائين سولا نہ لڳندا آهن. آهستي آهستي اهي بہ ليڪ ٿي ويندا ۽ سمرن ۾ ڪا ڏکيائي ڪانہ ٿيندي.

٧١- اوهان جي چٺيءَ ۾ حضور مهاراج جن جي مهما پڙهي مونکي خوشي ٿي. حقيقت ۾ هنن کي ٻي انتها صبر هوندو هو. اڄان بہ هو پنهنجن شش کي مدد ڪن ٿا ۽ سندن لي اطر.وڪن ٿا.

ربي سنگورو جو اندر ۾ درشن سدائين راحت ڏيندڙ ۽

ساهتيه پڙهڻ سان گڏ، توهان کي ڪوشش ڪري منع ٿيل
کاڌو ڇڏڻ گهرجي ۽ ڏسو ته پنهنجي تندرستيءَ لي خراب اثر
پوڻ کان سواءِ اهو هميشه لاءِ ڇڏي سگهندا؟ ضرورت وقت
پين لاءِ گوشت رڌڻ جي منع ڪونهي پر اها سٺي ڳالهه ڪانهي.

٦٧ - سمرن وقت ساهه کڻڻ ڌانهن ڪوبه ڌيان ڏيڻ نه گهرجي.
جهڙي طرح توهين ڪتاب پڙهڻ مهل ساهه کڻڻ ڌانهن ڪوبه
ڌيان ڪونه ڏيندا آهيو پر ساهه پاڻهي پيو کڄندو آهي ۽ انهيءَ
لاءِ خيال ڪرڻ جي ڪابه ضرورت ڪانه ٿي پوي.

٦٨ - هنسا جي خيال کانسواءِ، ٻيءَ طرح رسيل يا اڻ رسيل
بيضا تامسڪ آهن، جيڪي ماڻهو آتمڪ سادنا ڪن ٿا تن لاءِ
ساتوڪ کاڌو ضروري آهي. جيڪي به اسين کائون ٿا تنهن
جو من لي اثر ٿئي ٿو ۽ جيڪو کاڌو کائون ٿا سو من کي
ستاري يا ڪاري ٿو. جيئن چوڻي آهي "جهڙو کائبو اَن
تهڙو ٿيندو من." رسيل يا اڻ رسيل بيضن ٻنهي کان پاسو
ڪرڻ گهرجي.

٦٩ - انهيءَ ڳالهه ۾ شڪ ڪونهي ته خاص ڪري شروعات
۾ هي آهستگيءَ ۽ محنت جو مارڳ آهي، پر لڳاتار محنت ۽
اورچائيءَ سان مقصد کي حاصل ڪري سگهجي ٿو، جيئن توهان
آهستي آهستي پنهنجي تندرستيءَ ۾ سڌارو ڪيو آهي. جڏهن
توهان پيار ۽ وشواس سان لڳاتار سمرن ڪندا ته پوءِ، اها
جيئن توهان لکيو آهي ته قيمتي وانگر پاڻهي پيو ڦرندو. اها
سڀ نيڪ سنسڪارن دوارا ٿي سگهي ٿو.

توهان پنهنجا ۽ ٻيا گهرو ڪم، اهڙي طرح هلايو جيئن
توهان کي پنهنجي سمرن ۾ ڪا رڪاوٽ نه پوي ۽ انهن جي وچ
ڌيان جمائي سمرن ڪريو. جڏهن توهين شريرڪ کي خالي ڪن

اندر آهي. اندر ۾ آنند اچي ته اها خيال جي ايڪرگرتا جي نشاني آهي ۽ شرير ۾ ڪاله چرپر نه هئڻ گهرجي ۽ نڪي اها ڪرڻ گهرجي. پنهنجو سمورو خيال ۽ طاقت، اکين جي مرڪز ڏانهن رکڻ گهرجي. مهرباني ڪري شرير ڏانهن ڪو نه ڌيان نه ڏيو ۽ جڏهن چرپر شروع ٿئي ته انهيءَ کي روڪڻ جي ڪوشش ڪريو.

لوهان تمام پاڪ وارا آهيو جو لوهان کي ستگورو جو اندر ۾ درشن ٿو ٿئي. جيئن لوهن خيال کي وڌيڪ لڳاتار ايڪاگر ڪندا، تيئن ستگوروءَ کي جٿو ۽ چڱيءَ طرح اندر ڏسي سگهندا.

٦٦- ها! اها ڳالهه برابر آهي ته سيڪو سنت مت جي رستي تي هلڻ جي قابل نه آهي. پر اها ڳالهه ڪنهن به ماڻهوءَ کي سنت مت ۾ رچي رکڻ کان منع ڪانه ٿي ڪري.

پنهنجي آنڊڪ بل سان پنهنجين خواهشن کي روڪڻ يا انهن کي پورو ڪرڻ، اهي رهت لهڻ جا ٻه طريقا آهن. هڪڙو طريقو جيڪو عام ماڻهو ڪندا آهن سو آهي خواهشن کي پورو ڪرڻ. ٻيو طريقو آهي بديءَ ۽ خيال جي طاقتي جي ڏرڻي من جي خواهشن ڏانهن لاپرواهي پيدا ڪرڻ. ٻاڪي طاقتي اندر رکڻ لاءِ مالسڪ شڪتيءَ جي وڪاس جي ضرورت آهي. چاڪاڻ ته من هڪ لٽو ۽ اُلٽو، گهوڙي والگر آهي جنهن کي منع ڪمل هندن تي وڃڻ جو شوق هوندو آهي. انهيءَ کي آهستي آهستي انهن ڪرڻ کان روڪڻو اهي، نه ته هو بدل رسيون ڇني، منع ڪمل پاسي زور سان ڀڄي ويندو.

ستگرن جي هدايت آهي ته جڪو من کي وس ڪرڻ ۽ اها رهت لهڻ جاهي ته ان کي پرهيز، ماس آهار ۽ شراب وغيره ۽ پرهيز ڪرڻ گهرجي. انهن ڪري سنت مت جي ڪتابن ۾

روشنيءَ جي ڦاٽڪن مان لنگهي، روحاني ڏسڻ ۾ ايندا.
آهستي آهستي اهو سور هيٺ سهڻ سولو آهي پر موت وقت
هڪدم اهو سور سهڻ ڏاڍو ڏکيو ٿو ٿئي. چاڪاڻ ته جڏهن
چيتنتا، اسٿول سرير مان نڪرڻ شروع ڪري ٿي انهن ڏرڻ
اوس سهڻو ٿو پوي.

جيڪي ٻه ڏک ڏائي ۽ بد شڪل شڪلين ۾ روپ
توهين ڏسو ٿا تن جو ڪو به ڊپ نه ڪريو پر توهين پيار ۽ وشواس
سان نام جو سمرڻ ڪندا رهو ۽ اها ڳالهه ياد رکو ته ستگوروءَ
جي بچائيندڙ طاقت سدائين توهان سان گڏ آهي.

خوفناڪ نظارا تمام جهونن ۾ جڳن جي لاڳاپن ۽ سنبندن
ڪري ٿيندا آهن. جيستائين توهانجو نام ۾ آسرو آهي، تيستائين
اهي بي طاقت آهن ۽ انهن جو خراب اثر توهان تي ڪين ٿي
سگهندو ۽ اهي پاڻيهي گم ٿي ويندا.

٦٤ـ ڌيان جي ساڌن ڪرڻ وقت ڪنهن به شيءَ کي ڏسڻ
يا ٻڌڻ جي ڪوشش نه ڪرڻ گهرجي. جيئن جيئن ڌيان
پڪو ٿيندو ويندو، ليڪن ايئن شرير مان چيتنا مٿي چڙهي
ويندي ۽ پاڻمرادو آواز تيز ٿيندو ويجهي ٿيو. شروعات ۾
زور ڏيئو شرير کي خالي ڪرڻ ۾ لڳائڻ گهرجي.

مونکي توهانجي دل جي جذبن جو قدر آهي. پر سچا
ستگوروءَ جا چرن توهانجي اندر آهن ۽ هر ڪشش جو
شوق ۽ مقصد اندر ستگوروءَ جي چرنن تائين پهچڻ جو هئڻ
گهرجي. پيار ۽ پڪيءَ انهيءَ ڏس ۾ وڏي هٿي ڏئي ٿي.
جيترو توهين پڇن کي گهڻو وقت ڏيندا ۽ اندر وڃڻ شروع
ڪندا اوترو گهڻو اوهان جو پيار وڌندو.

... ڳالهه اها آهي ته ٻاهرين شين مان خيال هٽائي

ٿو ٿئي ۽ انهن سنسڪارن انوسار واڌارو ٿئي ٿو. هي سڄي زندگيءَ جو سفر آهي.

٦٣ - مون کي ڏاڍي خوشي ٿي ته توهين پنهنجي ذهن کي شونيتر ۾ ايڪاگر ڪرڻ جي ڪوشش ڪري رهيا آهيو. اهو ئي پهريون ۽ مکيه ڏاڪو آهي. انهيءَ ڳالهه لاءِ وقت ۽ اورچائيءَ جي ضرورت آهي. ائين برابر آهي ته ڪڏهن ڪڏهن شروعات ۾ اڀياسي اهنڪار جي وس ٿي پاڻ کي شڪتيءَ وان ٿو سمجهي. ڪڏهن ته ذهن ٻاهر مکي ٿو ٿئي يا هٻٽ ڪري ٿو پوي. پوءِ خيال کي موٽائي ايڪاگر ڪرڻ ۾ گهڻي ڪوشش ڪرڻي ٿي پوي. تنهن هوندي به اهو ضرور ڪرڻو آهي. آخر ذهن اُتي پڪو ڄمي ويندو. سنسار جا ڪم ۽ محنت مان ٿين ٿا. ان کي وس ڪرڻ ڪا سولي ڳالهه ڪانهي. اهو من ڇڳن کان ولي اکين جي مرڪز کان ٻاهر پيو ڀٽڪندو آهي ۽ هو پنهنجا ٻاهران خيال جلدي ڪين ڇڏيندو.

ٽڪن يا بدن جي هيٺين حصي ۾ سور، چيتنا جي کڄڻ ڪري ٿئي ٿو. اها ڳالهه گهڻو وقت ڪان هلندي پر شروعات ۾ اها ٿئي ٿي. جڏهن سور توهان کي اڻ سهندڙ معلوم ٿئي ته پوءِ ساڌنا کي ٿورو ڍرو ڪريو ۽ انهن سمرن پوري ڪرڻ بعد هڪدم اُٿي کڙا نه ٿيو پر آهستي آهستي ٽڪن کي زور ڏيئي يا مڪڙون هٽي پوءِ اُٿو.

سڄي شرير ۾، وهندي پيرن جي آڱرين تائين، چيتنا پکڙيل آهي ۽ اها بدن سان چڱي طرح ڇڪڙي پيئي آهي. انهي ڪري قدرتي طرح چيتنا جنهن جو سنبنڌ گهڻي وقت کان ولي شرير سان آهي، ان کي جدا ڪرڻ ۾ سياوڪ سور ٿئي ٿو پر اڀياس ڪرڻ سان اها ڳالهه سولي ۽ قدرتي ٿيو پوي. تنهن ڪانپوءِ توهين موت جي ڏر وارن مان لڪري،

پوترتائيءَ جي ڪري ڏسڻ ۾ تا اچن. اهي توهين
جي مرضيءَ موجب نٿا ڏسي سگهو. اهي اوچتو
ان جمائڻ ڪري ٻاهرين حالتن آندا آهن، جي توهان جي
س کان ٻاهر آهن. راڌا سوامي مت ۾ جيڪي ساڌن ٻڌايا ويا
هن تن سان پنهنجي مرضيءَ موجب ايڪاگرتا آڻي سگهجي ٿي.
جيڪڏهن توهان کي اها واقف گهرجي ته پوءِ ڪنهن سچي گروءَ
سان گڏجو.

۶۲ - اهو ٻڌي خوشي ٿي ته توهان کي نام جي دڪشا
يا بخشيش ملي آهي ۽ توهين ڌيان جمائڻ جي ساڌنا ڪرڻ جي
ڪوشش ڪريو پيا. توهين پنهنجي ڌيان کي اکين جي مرڪز
تي ٻن ڀرن جي وچ ۾ آڻي هڪ هنڌ ڪٺو ڪريو. جيئن توهانجي
ايڪاگرتا پڪي ٿيندي ويندي ته پوءِ توهان کي سورج،
چندرما ۽ تارا منڊل ڏسڻ ۾ ايندا. انهن کي پار ڪرڻ ڪانپوءِ
هان کي ستگروءَ جو سوکيم سروپ ڏسڻ ۾ ايندو. مان
چاهيان ٿو ته ستگرو توهان کي پنهنجي روحاني ساڌنا لاءِ
هر روز وقت ۽ فرصت بخشي. هن دنيا ۾ هرڪو پرالبڌ ڪرمن
۾ ٻڌو پيو آهي، جي پورڻائي آهن. هرهڪ ماڻهوءَ جا ڪي
سٺا ۽ ڪي خراب ڪرم آهن. انهن جو مقدار سدائين ساڳيو نه
ٿيندو آهي. تنهنڪري اسان مان هرڪنهن کي چڱن ۽ خراب
وقتن مان لنگهڻو پوي ٿو. اها ساڳي حالت توهان ۽ توهان جي
ارن جي آهي. ڀڄن ۾ ترقي اسانکي دنيا جي اوسي پاسي
وارين حالتن ڏانهن بي پرواهه ٿي بڻائي ۽ ڏکين حالتن ک
مٿي ٿي رکي. رڳو اهو ئي هڪ رستو آهي، جنهن ماڻهو مو
کان پوءِ وڃن ٿا. ستسنگيءَ کي الي چيٽري ئي پنهنجي اڳيا انو
وڃڻو آهي ۽ ڪيس ڏسڻو آهي ته اڳيان ڇا آهي. شرير مان خ
کي هٽائي اکين جي مرڪز تي جمائڻو آهي. هي ڪم ڏ

نام وٺڻ ڪانبوءِ، ڀيرن لوهان جگهو واڌارو ڪيو هو. جيئن ته لوهان کي گهڻو ڪري خبر آهي ته اسان جي سرت جي ڪن ولي ٻاهر پئي پڪي آهي، تنهن ڪري اندر آڻڻ لاءِ وقت ۽ محنت گهرجي. اسان جي من جا خيال ۽ رغبتون جيڪي گهڻي وقت کان پڪيون ٿي ويئون آهن، انهن کي وري سڌاري ناهڻ جي حد هن ڪوشش ٿي ڪجي ته پوءِ اهي هڪدم مخالف ٿيون ڪن. انهن کي ٺيڪ ڪرڻ ڪا اڻ اٿڻي ڳالهه ڪانهي پر اها قدرتي ڍلي ۽ ڏکي ڳالهه آهي. ڪن لاءِ ته اها وڌيڪ آهستي ۽ ڏکي ٿي ٿئي.

ساڳي ڳالهه انهن جي مرڪزي خيال جماعت جي بابت ۾ آهي. اسان جي جيتا جاڳندي شرير ۾ ڀرين جي آگرن تائين قابل آهي. اسانکي انهيءَ کي وري مٿي سميٽي، اسري تل تائين آڻڻو آهي جتان اها سڄي شرير ۾ هيٺ لهي ٿي. سرت کي مٿي سميٽڻ يا انهي کي شرير مان هٽائڻ ڏاڍي ۽ محنت جو ڪم آهي. انهي کي ماڪوڙيءَ جي واٽه ڪري سڏيندا آهن. ماڪوڙي ڀيرين واريءَ سان گڏيل کنڊ جي ڪڻن کي سخت محنت ڪري چونڊي ڪڍندي آهي پوءِ آهستي پٺ تي مٿي چڙهندي آهي، ڪيترا ڀيرا هوءَ مٿي چڙهندي آهي ۽ وري هيٺ ڪرندي آهي ۽ پوءِ وري همٿ ڪري مٿي چڙهندي آهي.

هن ڳالهه ۾ صبر، اميد ۽ وشواس جي گهرج آهي. پوءِ هڪڙي ڏينهن سوڀ لوهان جي ٿيندي. اهو سڀ ستگروءَ تي ڇڏي ڏيو ۽ ياد رکو ته ڪوشش اجائي نٿي وڃي.

٦١- مونکي ڏاڍي خوشي ٿي آهي ته ماس ۽ شراب ڇڏڻ ڪري لوهان جي تندرستي سڌري آهي. جيڪي دلدار ۽ لطارا لوهين ايان تا ڪريو، سي سڀ من جي ايڪاگرتا ۽ دل

پنهنجي اسانکي پڪڙي لنڊن کي، آهي اصلي وطن يعني سچ

آهي، لنڊن کي پڪڙي اسانکي پنهنجي

ڪنڊ پهچڻو آهي. تڪليف وارو ۽

انهيءَ سفر جو پهريون پاڳون شروع ۾ ... مان چيتنتا هٽائڻ جو

ڪشڪ آهي پر جڏهن ساڌڪ کي شرار مان چيتنتا هٽائڻ جو

آزمودو ٿو ملي تڏهن اهو آدار وٺندڙ ۽ سوادي ٿو ٿئي.

آزمودو ٿو ملي ... اهو آهي ته ماڻهو

٥٩ - ٻين کي مدد ڪرڻ جو سفر طرفو اهو آهي ته ماڻهو

پاڻ پنهنجي سنڀيءَ حلت چلت جو مثال ٻين اڳيان رکي ۽ ٻين

سمرن محنت سان ڪري. جڏهن آتما تيار هوندي آهي ته

پوءِ ستگرو پاڻ هنکي ونئي وڃڻ جو بندوبست ڪندو آهي.

پرچار ڪرڻ جي ڪابه ضرورت نه آهي. جيڪڏهن ڪنهن ۾

خاص شوق ڏسجي ته هنکي اشاري طور سمجهائجي، ٻيءَ

حالت ۾ هو پنهنجو رستو وٺن ۽ لوهين پنهنجو رستو وٺو.

هائو، لوهان جو پنهنجي نامن بابت جيڪو ويچار آهي سو

بلڪل نيڪ آهي. جيئن ته آتما کي ڪال جي ڏيهن مان لنگهڻ

تو پوي، لنهنڪري ستگروءَ انهن ڏيهن جي ڏيين جا نالا ٻڌائي

واجب سمجهيا آهن. اهي ڏيي انهن رستي جا سنڀاليندڙ آهن

جيڪي انهيءَ رستي تي استر رهن تا تن کي هو ڪابه رنڊ

تنا وجهن. دنيا جي خواهشين کي

روحاني سفر ۾ ترقيءَ لاءِ پهرين دنيا جي خواهشين کي اپائو

مان ٻاهر ڪڍڻ ضروري آهي، چاڪاڻ ته اهي ئي ۾ تيون آ

خواهشون وڌي وڃي جنم مرڻ جي ڦيري ۾ ... ذريعي مـ

پيو ٽيسري ٽل ۾ سرت کي جمائي، سمرن ذريعي روحاني

اڪاگر ڪرڻ بلڪل ضروري آهي. اهو ئي روحاني

جي راهه ۾ پهريون قدم آهي.

٦٠ - توهان لکيو آهي ته ائين لڳي ٿو ته ڪجهه و

پوءِ توهانجي روحاني ترقي گهٽجي وئي آهي جي

نه ھڪ ٻئي سان بريم پيار رکي گھرو حيالي خوش رکجي. لذت لاءِ ڀوڳ ڪرڻ عش آھي ۽ عيش کان ڪنارو ڪرڻ گھرجي، ڇاڪاڻ ته اھا ڳالھ ذھان ۽ ايڪاگرتا ۾ رڪاوٽ وجھندي. جيڪا ڳالھ اساھي روحاني ترقيءَ ۾ رڪاوٽ ٿي وجھي سا پاپ آھي. سست مت ۾ اھائي ياب ۽ پاپ، چڱائيءَ ۽ بڇڙائيءَ جي ڪسوٽي آھي. ڪام واسنا لي سوب پالڻ جو رستو اھو آھي ته اسين اکين جي مرڪز تي ذيان جمائي شبد سان جڙون. انھن ٿي ڪام لي وجھ پائي سگھجي ٿي ۽ اھائي سچي ۽ قدرتي سوب آھي.

حواب لڏھن ٿا اھن جڏھن ميال ليسري لل کان ھيٺ لھي ڪنٺ چڪر ۾ ٿو اچي. شو بتر سچيءَ چيتنتا يا سرت جو استان آھي. جڏھن اسين انڊيءَ کان ھيٺ وڃئاسين ته پوءِ اساھي چيتنا گھٽسجي ويندي ۽ جڏھن اھا نسايجي جڪر ٿائين ڪري ٿي ته پوءِ اسانکي گھري ننڊ لي معلوم ٿئي ۽ ڪابہ سُڌ نٿي رھي. سپنا اساھي ذھنن جي ڪمن ۽ خيالن جو نتيجو آھن. ڪڏھن ڪڏھن سنسڪروءَ جي ششن جا ڪرم خوابن ۾ پورا ٿيندا آھن. جن شبد جي ساڌنا مڪمل ڪئي آھي سي پنھنجيءَ آلما کي ليسري تل کان ھيٺ ننڊ ۾ بہ ھيٺ لھڻ نٿا ڏين. اُھي پنھنجي آلما کي مٿين منڊلن لي ولي ٿا وڃن ۽ ننڊ ۾ بہ پنھنجي اندر سچيت رھن ٿا.

٥٨ - اَساڻو روحاني سفر ليرن کان شروع ٿئي، مٿي جي چوٽيءَ ٿائين وڃي ٿو. اھو سڄو حصو ۾ وراھيل آھي. پھرين ڳالھ آھي چيتنتا کي ھيٺان ڪڍي مٿي اکين جي مرڪز تي آڻڻ. اھن ڪرڻ سان ذيان مڪمل ٿو ٿئي. اھو نام جي سمرڻ جي ذريعي ٿو ٿئي جو سولو ۽ قدرتي طريقو آھي. ٻيو آھي نام جي پڪڙڻ. شبد جيڪو اسان سڀني اندر گونجي رھيو

ستگروءَ ۾ ڀروسو ۽ وشواس رکڻ، هنجي رضا تي راضي رهڻ
پنهنجي شڪتيءَ انوسار ڀڄن ڪرڻ، اهو پيار پيدا ڪرڻ جو
ڪ رستو آهي.
ستسنگين لاءِ شادي ڪرڻ جي ڪابہ منع ڪانهي سواءِ
هي جي تہ هو گهڻو ڀوڳہ ولاس ۾ نہ پون ۽ پنهنجو سمرن
ساري نہ ڇڏين.
۵۷ – روحانيت جي راهہ اهڙي تہ تيز آهي جو هڪ دفعو
اندر ۾ ستگروءَ سان سنبنڌ جڙيو تہ پوءِ تورن سيڪنڊن ۾ سوال
جو جواب توهانکي ملي سگهندو.
زندگيءَ جي سوڀ يا ناڪاميابيءَ بابت دنيوي ماڻهن جا
ويچار بلڪل غلط ۽ گمراهہ ڪندڙ آهن. هنن جو مقصد رڳو
سنساري فائدن ۽ خوشين ماڻڻ تائين محدود آهي ۽ هن ڌرتيءَ
تي اِنساني زندگيءَ جي بي اندازماهہ جي ڪين خبر ئي ڪانهي
۽ نڪي مقصد جي ڪين سڌ ئي آهي. اُنهن جي ويچارن ڌانهن
ڌيان ئي نہ ڏيڻ گهرجي. هنن کي اها بوجهہ ڪانهي تہ انساني
زندگيءَ جو سچو مقصد اندر وڃي، اندر ئين ستگروءَ ۽ شبد
سان جڙي هن جنم مرڻ جي قيري کان ڇوٽڪارو حاصل
ڪرڻ آهي. جڏهن کان دنيا بڻي آهي، تڏهن کان وٺي ان
چڪر ۾ اسين ڦاتل آهيون.
سنساري لوڪ پنهنجو نقصان تہ ڪن ۽ سڏجن تہ تہ جن
کي اسين پيار تہ ڪريون تن کي موت اسان کان جدا ڪندو ۽
پوءِ خبر نہ آهي وري اسانکي انسان جي جنم جو وجهہ جلد
ملندو يا نہ. ڏن پاڻ انهن جا آهن جي اهو سبق سکن تا. دنيا
۾ ناڪاميابي تي اِها ڳالهہ سکڻ دنيوي سوڀ کان بهتر آهي.
شاديءَ جو مطلب اولاد پيدا ڪرڻ جو آهي. اها قدرتي
ڳالهہ آهي ۽ اُن ۾ ڪوبہ پاپ ڪونهي. انهي ڪانپوءِ ٻي ڳالهہ

اوترو لوڪانکي روحانيت ۾ فائدو ٿيندو وڃندو. اهو ٿي رستو حسبس ۽ لڇ ڏبا ڪان مٿي چڙهڻ ۽ روحانيت ۾ ترقي ڪرڻ جو آهي.

٥٦ - رواجي طرح جڏهن اسانکي ڦٽيون ۽ ڏک ستائن ٿا تڏهن خيال جي ايڪاگرتا مشڪل ٿيو پوي ڇاڪاڻ تہ انهي وقت اسانجو ڌيان مٿي چڙهڻ بدران دل جي مرڪز ڏي هوندو آهي. جيترو ٿي سگهي اوترو اسانکي حالتن کي منهن ڏيڻ لاءِ واڌيجي قدم کڻڻ گهرجن ۽ پوءِ ڪوبہ فڪر نہ ڪجي. بہ سڀ ستگروءَ تي ڇڏجي. جيئن هنجي مؤج هوندي تيئن ٿيندو.

جڏهن لوهن پڇن ٿي وهو تڏهن گهٽ ۾ گهٽ اهين وقت پنهنجي اندر مان فڪر ۽ چنتائن کي هڪالي ٻاهر ڪيو ۽ پوءِ بن جي وچ مرڪز تي من مان خيال ڪيدي ڌيان جمائي پڇن نامن جو سمرن ڪرڻو. انهي وقت مٿي وچڻ يا پنهنجي روحاني ترقيءَ جو ڪوبہ خيال نہ ڪريو. جڏهن ڪجهہ وقت انس ڪندا تہ پوءِ اها ساڌنا لوهان کي پنهنجي سنساري ڪمن ۾ مدد ڪندي.

اڄڪي جا اسندو اهو خيال لوهان جي دل کي پنهنجو شڪار بڻائي ٿو ۽ ڦٽيءَ ۾ ٻاري ٿو. انڙا غلط ۽ ڏک ڏيندڙ وهم لوهن رکو جو ٿا؟ اها ڳڪ جاڻو تہ سنت مت جي ساڌنا مان ڪوبہ نقصان ڪونہ پهچندو بلڪ من ۾ شانتي ايندي. جيترو وقت ملي سگهي اوترو پڇن کي ڏيو ۽ چاد لنجي ماڻ جي ڪوشش نہ ڪريو. پڇن ڪرڻ سان خوشي ۽ شڪتي وڌي ٿي.

ستگروءَ کي ڪيئن پيار ڪجي؟ دل مان سڀ خيال ٻاهر ڪيدي محنت ۽ آدر سان اکين جي مرڪز تي نام جو سمرن ڪجي. جيئن ٿي لوهن ستگروءَ تي ڀروسو ۽ وشواس رکي انهيءَ مارگ تي هلندا، تہ پوءِ لوهانجي اندر پيار ٻڻ پيدا ٿيندو.

پنهنجو فرض سمجهي پورو ڪرڻ گهرجي ۽ روحاني ساڌنا لاءِ پڻ وقت ڪڍڻ گهرجي. جيئن توهين ائين ۽ سمر ڪندا ايندا تيئن توهان جون تڪليفون ۽ روڪاوٽون آساني سان دور ٿينديون وينديون ۽ پوءِ توهان کي ائين ڪرڻ ۾ خوشي محسوس ٿيندي.

٥٥ - توهانجو مسئلو جسماني ۽ مانسڪ آهي. پهريون سوالي ۽ سان حل ڪري سگهجي ٿو جيتوڻيڪ جسماني ۽ مانسڪ ڳالهين جو هڪ ٻئي تي اثر پوي ٿو. سٺو طاقت وارو کاڌو توهانجي طاقت وڌائيندو ۽ پوءِ توهين حالتن کي منهن ڏيئي سگهندا پر چنتا ۽ ڳڻتي نه ڪرڻ گهرجي. خيالات ۽ ڳڻتيءَ نه ڪنهن جي مدد ڪئي آهي ۽ نه ڪندي.

جيڪڏهن ٻيا چڱي طرح نٿا هلن، جيئن ڪين هلڻ گهرجي، ته پوءِ توهين انهيءَ ڳالهه جو فڪر نه ڪريو ۽ پنهنجو فرض پورو ٻيا ڪريو ته پوءِ توهانجي من ۾ شانتي رهندي. ٻين لاءِ سناڀَ پيار جا خيال دل ۾ ڌارڻ برابر هڪ سٺي ۽ مدد گار ڳالهه آهي. آخر جيئن اسين خيال ڪنداسين اهڙو ئي انهن جو اثر اسان تي ٿيندو. جيڪي پوکبو سو ضرور لڻبو. جيڪڏهن توهين نيڪي ڪندا ته توهانکي وڏيڪ چڱائي ملندي.

اسان مان ڪيترا پرماتما جي ڳولا ٿا ڪن پر پرماتما کي ٻاهر ڳولي نه سگهبو. انهي کي پنهنجي اندر ۾ ڳوليو، جڏهن اهو توهين پنهنجي اندر ۾ انڀوُ ڪندا ته پوءِ انهي کي هر هنڌ ڏسندا. انهي سائنس يا وگيان بابت توهان کي سمجهايو ويو آهي ۽ اندر وڃڻ جو طريقو به توهان کي ٻڌايو ويو آهي. توهين جڏهن چڱيءَ ۽ پوريءَ طرح انهي تي هلندا ته پوءِ روحاني واڌارو ڪندا ۽ دنيا جي رڳڙن جي پرواهه پوءِ توهانکي نه ٿيندي. جيترو توهين پنهنجي شرير کي خالي ۽ سن ڪري مٿي چڙهندا

انهيءَ ڳالهه ۾ شڪ نه آهي ته دنيا اُهڙن ماڻهن سان ڀري
پيئي آهي، جن کي پنهنجي جذبات جو قدر نه آهي. ماڻهوءَ
کي پنهنجي چوڌاري ڏک، تڪليف ۽ مصيبتون ڏسي ڏک ٿو
ٿئي. پر جيئن توهين پنهنجو ڌيان پوري طرح ايڪاگر ڪندا ته پوءِ
توهان جي چوڌاري جيڪي حالتون هونديون تن کان مٿي
چڙهڻ شروع ڪندا. وري به مان زور ڏيئي چوندس ته سمرڻ
ڪرڻ جي سخت ڪوشش ڪريو ۽ جلدي ڦل جي اڇا نه رکو.
آهستي، لڳاتار ۽ هڪ چتر ڪم ڪرڻ سان فتح حاصل ٿئي ٿي.

٥٣ - سانڊا جو پنڊال انهو آهي ته سرس کي شرير مان ڪڍي
ايسري ٽل تائين آڻي اُن کي اُتي ايڪاگر ڪجي ته جيئن اها
نام سان جڙي. قدرتي انهو ڪم آهستي ٿيندو پر جڏهن انهو
پورو ٿو ٿئي ته پوءِ انهيءَ جو نتيجو سچ پچ ته عجيب نظر
اچي ٿو.

من کي سالم رکڻ جو ڪم ڏاڍو ڏکيو ٿئي ٿو، ڇاڪاڻ
ته من کي ٻاهر ڊوڙڻ جي عادت آهي. تنهن کانسواءِ جڏهن
اسين پيٽ ۾ وهندا آهيون ته اسانجي سوکم من ۾ جيڪي ڇڳن
کان وٺي جيڪي سنسڪار ڪٺا ٿيل آهن سي اوڏيءَ مهل ٻاهر
نا نڪرن. فقط سمرن ئي انهيءَ جو علاج آهي. سمرن ڪجهه وقت
۾ سڀ تڪليفون دور ڪري توهان کي اکين جي مرڪز وٽ
آڻيندو. جيترو ٿي سگهي اوترو پنهنجو وقت سمرن کي ڏيو.

٥٤ - موت توهان جي تلاش ۽ ڏکيائين کي ڌيان ۾ رکيو
آهي. الدرتين اليو جهڙي ڪا به ڳالهه ئي ڪانهي. جيسين
سمرن ڪري اسين پنهنجو خيال اکين جي مرڪز تي نه آڻينداسين
تيسين اها خاطري ۽ دلجاءِ هميشه لاءِ ڪنهن طرح ٿي ٿي
سگهي. انهيءَ ڪري سوال ۽ شڪ ٿا اُٿن.
ماڻهو پنهنجن گهرو فرض کي نڀائي نٿو سگهي پر اُنهن کي

جيسين سمرن رستي پنهنجو خيال شرار مان نه ڪڍبو ليس
جيئن چقمق جي حد کان جيڪو لوھ جو ٽڪر پري آهي
تنهنکي چقمق ڪين ڇڪيندو آهي، تنهن وانگر شبد به آ
کي نه ڇڪيندو. من کي شانت ۽ ايڪاگر ڪرڻ، سمرن
ڪم آهي. ٽيسري ٽل يا شؤ نيتر ۾ ڌيان ڄمائي سمرن ڪر
گهرجي يعني سمرن مهل جيڪا بند ڪيل اکين کي اوند
ڏسڻ ۾ ٿي اچي تنهن ۾، ڪنهن به ڇڪ ۽ زور ڏيڻ کانسو
ڪوشش ڪري ڇنائي ڏسجي. سمرن کي ڇڏي رڳو شبد کي
ٻڌڻ اهڙو آهي جهڙو گاڏيءَ کي گهوڙي وٽ آڻڻ.

اَسانجو آتمڪ سفر پيرن جي آڱرين کان وٺي شروع ٿئي ٿو
۽ مٿي جي چوٽيءَ تائين پورو ٿئي ٿو. سمرن رستي ئي اَسين
اَکين تائين پهچون ٿا. اُنهيءَ ڪانپوءِ، شبد رستي اَسين پنجينءَ
منزل تي مٿي جي چوٽيءَ تي پهچون ٿا. تنهنڪري جيسين
اَسانجو ڌيان، اَکين جي هيٺ شرار ۾ آهي، تيسين شبد کان
اَسين ڪم وٺي ڪين سگهنداسين.

هيءُ رستو قدرتي آهي پر تمام آهستگيءَ سان طئه ٿئي ٿو.
من کي هڪ هنڌ استر رکڻ لاءِ ورهين جو ابياس گهرجي،
ڇاڪاڻ ته اَسانجو من جڳن کان وٺي ٻاهر ڀٽي ڀٽڪيو آهي.
سمرن اڙيل گهوڙي جي ڳاي ۾ پيل لغام وانگر ڪم ڪري ٿو.
تنهنڪري جيڪو به وقت سمرن کي ڏجي ٿو سو اَجايو
نٿو وڃي.

لوهانجو اهو چوڻ برابر آهي ته جنهن ماڻهوءَ کي لوهان
ڪڏهن ڏٺوئي ڪونهي، تنهن جي شڪل کي پنهنجين اَکين
اڳيان آڻي ڪونه سگهبو. تنهنڪري لوهين ستگروءَ جي روپ
جو ڌيان نه ڪرڻو ۽ اُنهي جي بدران سمرن ڪرڻ مهل
اَندر اوندهه کي ڇنائي ڏسو.

سرت کي اکين جي مرڪز وٽ جمائجي. اها ڳالهه هڪ ڏينهن ۾ ڪا نه ڪا ٿيندي، پر هر روز ڪرڻ سان سولي ٿي پوندي. سٺن ڳالهين پيدا ڪرڻ لاءِ اسان ۽ سمرن ڪندا ايندا ته پوءِ اهي سڀ پاڻهي پيدا ٿيندا.

٥١ - مولڪي لوهان جي بيماريءَ جو پڙهي ڏک ٿيو، پر لوهان کي سنتوش هئڻ کپي ته ان ڏکي ڪرمن جو قرض ڏيئي رهيا آهيو. انهيءَ جو اهو مطلب نه آهي ته علاج نه ڪريو. بلڪ جيترو ٿي سگهي اوترو علاج ڪري تندرستي حاصل ڪرڻ گهرجي ۽ سنبجو ستگوروءَ تي ڇڏي ڏيڻ گهرجي. شرير جي بيماري برابر من کي متاثر ڪندي آهي پر ليسري لل ۾ سمرن جي عادت وجهڻ سان بيماريءَ ڏانهن گهڻو خيال نٿو وڃي.

مشن تي ڪم ڪندي آهستي نام جو سمرن ڪندا رهو جيئن ان کي اهو پڙهڻ ۾ نه اچي. دوستن کي روحاني مدد ڪرڻ جي باري ۾ ڄاڻجي ٿو ته ستسنگي پاڻ ۾ هڪ ٻئي جي دل ولين ۽ انهن سان همدردي ڪن ۽ اها ڳالهه ڪا لوري ڪالهي. پر پنهنجي روحاني طاقت سان ڪنهن جي به بيماري لاهڻ نه گهرجي، ڇاڪاڻ ته لوهان اڃا پاڻ ۾ اها طاقت پيدا ٿي ڪانه ڪئي آهي ۽ انهن ڪرڻ سان جيڪي لوهان لورو گهڻو حاصل ڪيو آهي سو به وڃائي ويهندا. انهن مالڪن جو اصلي پرمارٿ ڏانهن ڌيان ڇڪايو ۽ جيڪا به جسماني شفا انهن جي ڪري سگهو سا پلي ڪرايو.

مولڪي لوهان جي حب ۽ شڪرگذاريءَ جي قدرشناسي آهي ۽ چاهيان ٿو ته لوهين پنهنجو وقت اندر وڃي ستگوروءَ سان ملڻ ۾ صرف ڪرايو.

٥٢ - جڏهن ڏيان پڪو ۽ مڪمل ٿو ٿئي، تڏهن شبد پاڻهي پڌڻ ۾ ٿو اچي. شبد جو ڪم آتما کي مٿي ڇڪڻ جو آهي.

پوءِ پاڻکي اِئين سمجھايو ته اِهي سڀ ڳالھيون هن وقت
بلڪ هاڻي کان پوءِ سوچيون وينديون.

۴۸- ستگوروءَ جي قدرشناسيءَ بابت توهان جيڪي لک
آهي تنهن لاءِ وڏي مهرباني. هو جيڪي واجب سمجھن
سو ڪن ٿا. جيڪڏهن اسين پنهنجا فرض پاليون ٿا ته پو
هو پنهنجا فرض ڇو ڪين پاليندا؟ اسانکي پريم ۽ وشواس
سان هلڻ گھرجي ۽ هنن جي حڪم جو اُلنگھن نه ڪرڻ گھرجي
هنن جي ديا مهر جي قدرشناسيءَ جو سٺو طريقو اِهو آهي ت
اسين گھڻي ۾ گھڻو وقت هِن سمرن کي ڏئي اندر نام سان
جُڙون ۽ اهڙي طرح سيني ڳالھين جو پاڻ سڌو آزمودو پرايون.

۴۹- مونکي وڏي خوشي ٿي آهي جو توهين نام جي
بخشش جو قدر ٿا ڪريو ۽ نيم سان هِن سمرن کي وقت ٿا
ڏيو. جيڪي اڳين جنمن ۾ اُنهيءَ رستي تان هليا آهن اُنهن
کانسواءِ ٻين لاءِ حقيقت ۾ اِهو ڌيري رفتار جو رستو
آهي. اِئين ڪڏهن نه سمجھڻ گھرجي ته نتيجو جلد ملندو.
آهستي آهستي لڳاتار هلڻ سان شرط ڪٽبي آهي. جيڪا ڳالھ
ڌيري ڌيري حاصل ٿي ڪجي سا جٽاءُ ٿي ڪري. جيتري
گھڻي ڪوشش ڪبي اوترو ڪم آسان ٿيندو نه رڳو توهان
لاءِ پر توهان جي ڌرمپتنيءَ لاءِ به.

۵۰- سچي قدرشناسي تڏهن ٿي ٿئي جڏهن اسين شرير خالي
ڪري، اندر وڃي نام سان جڙون ٿا.

جيڪڏهن تڪليف نه سمجھو ته پوءِ مڪان پلي بدليو. ڪاڌي
جي ٻاري ۾ وشنو ۽ جلد هضم ٿيڻ واري ڪاڌي کائڻ جي ضرورت
آهي. جيڪڏهن اَڻ رڌل ڪاڌو توهانکي پاڻهي ٺو پوي ته پلي
اهو کائو. پر مکيه ڳالھ اِها آهي ته پنهنجن خيالن کي مٺي آڻي،

اِهو سڀ اُنهن جي ڪرمن ۽ مالڪ جي مهر تي منحصر آهي. اِها ڪا اَڻ ٿيڻي ڳالهه ڪانهي. اهڙا خيال دل کي نرمل ۽ صاف ڪن ٿا.

لوڪن جي لاءِ هت روبرو اچڻ ممڪن نه آهي، پر سمرڻ ۽ ٻين ذريعي لوهين اهو آنڊڪ ۽ خيالي طرح سان ڪري سگهو ٿا. شبد سرت و ياپڪ آهي ۽ سڀ ڪنهن هنڌ وسي ٿو ۽ ٻڌارڻ شڪن جا سنڌا مٺي ٿو. جڏهن شبد سان جُڙيا پيا آهن ته ان حقيقت کي جاڻن ٿا. اِها حالت رهبرلي جي آواز ڪرلڻ وانگر آهي.

٤٧- ڏنڊي ۽ زندگيءَ جي ڪيترن ڳالهين ۾ لاهيون چاڙهيون سياويڪ ۽ قدرتي آهن، ۽ ڪٿين ڪرڻ ۾ ڪو به فائدو نه آهي. سڀ ڳالهه اِها آهي ته پنهنجي آزمودي ۽ دلسوي سماڌيءَ، وشواس ۽ اُميد سان حقيقتن کي منهن ڏجي.

ٻين کي مدد ڪرڻ ۽ نشڪام سيوا ڪرڻ انيڪ سٺي ڳالهه آهي. پر الهيءَ ۾ اسانکي قاصر نه ٿيڻ گهرجي. ٻيا موهه جي اسانکي مدد ڪرڻ گهرجي. اهو نه اهڙيءَ طرح جيئن اسانجي دل تي ڪو به بوجهه نه رهي. پنهنجا پنهنجي ڪم ۽ ٻيا فرض پلي پالجن، پر پنهنجي اصلي ڪم کي يعني اندر وڃڻ جي ڪم کي ڪاچي نه ڇڏڻ نه گهرجي. ٻين لفظن ۾ ٻئي ڌنڌي ته پاڻ کي اجاين ڪمن ۾ نه ڦاسائجي. انهيءَ لاءِ اِها ڪسوٽي آهي ته اِهي ڳالهيون لوڪاجي ٻين سمرڻ ۾ رڪاوٽون نه وجهن ۽ جيڪڏهن رڪاوٽ ٿئي ته هڪدم اُنهن کي ڇڏي ڏيو.

ٻين ۾ وهڻ کان اڳ پنهنجي من مان سڀ خيال ٻاهر ڪڍي، پريم پيار ۽ وشواس سان نام جو سمرڻ ڪريو. جيڪڏهن ڌيان ڪرڻ وقت ڏنڊي جا ۽ ٻيا ڪٿين جا خيال توهانکي ستائين ته

پوءِ پاڻکي ائين سمجهايو ته اهي سڀ ڳالهيون هن وقت نه، بلڪ پڇڻ کان پوءِ سوچيون وينديون .

٤٨- ستگوروءَ جي قدرشناسيءَ بابت توهان جيڪي لکيو آهي تنهن لاءِ وڏي مهرباني . هو جيڪي واجب سمجهن ٿا سو ڪن ٿا . جيڪڏهن اسين پنهنجا فرض پاليون ٿا ته پوءِ هو پنهنجا فرض ڇو ڪين پاليندا؟ اسانکي پريم ۽ وشواس سان هلڻ گهرجي ۽ سندن حڪم جو اُلنگهن نه ڪرڻ گهرجي . هنن جي ديا مهر جي قدرشناسيءَ جو سٺو طريقو اهو آهي ته اسين گهٽي ۾ گهٽو وقت پڇڻ سمرن کي ڏيئي اندر نام سان جُڙون ۽ اهڙي طرح سيني ڳالهين جو پاڻ سڌو آزمودو پرايون .

٤٩- مونکي بڏي خوشي ٿي آهي جو توهين نام جي بخشش جو قدر ٿا ڪريو ۽ نيم سان پڇڻ سمرن کي وقت ٿا ڏيو . جيڪي اڳين جنمن ۾ اُنهيءَ رستي تان هليا آهن اُنهن ڪانسواءِ بين لاءِ حقيقت ۾ اهو ڏاڍري رفتار جو رستو آهي . ائين ڪڏهن نه سمجهڻ گهرجي ته نتيجو جلد ملندو . آهستي آهستي لڳاتار هلڻ سان شرط ڪٽبي آهي . جيڪا ڳالهه ڏاڍري ڏاڍري حاصل ٿي ڪجي سا جلد ٿي ڪري . جيترو گهٽي ڪوشش ڪبي اوترو ڪم آسان ٿيندو نه رڳو توهان لاءِ پر توهان جي ڌرمپتنيءَ لاءِ به .

٥٠- سچي قدرشناسي تڏهن ٿي ٿئي جڏهن اسين شرير خالي ڪري، اندر وڃي نام سان جڙون ٿا .

جيڪڏهن تڪليف نه سمجهو ته پوءِ مڪان پلي بدليو . ڪاڏي جي باري ۾ ويشنو ۽ جلد هضم ٿيڻ واري ڪاڌي کائڻ جي ضرورت آهي . جيڪڏهن اَڻ رڌل ڪاڌو توهانکي پاڻهه تو پوي ته پلي اهو کائو . پر مکيه ڳالهه اها آهي ته پنهنجن خيالن کي مٿي آڻي

اهو سڀ انهن جي ڪرمن ۽ مالڪ جي مهر تي منحصر آهي. اتا ڪا اڻ ٿيڻي ڳالهه ڪانهي. اهڙا خيال دل کي نرمل ۽ صاف ڪن ٿا.

تنهان جي لاءِ همت ڀريو اڳتي وڌڻ ممڪن نه آهي، پر سمرن ۽ پڇڻ ذريعي توهين اهو آنند ۽ خيالي طرح سان ڪري سگهو ٿا. شبد سرتي وياپڪ آهي ۽ سڀ ڪنهن هنڌ وسي ٿو ۽ پيارن شش جا سنبڌا سڄي ٿو. جڏهن شبد سان ڳنڍيا پيا آهن سي ان حقيقت کي ڄاڻن ٿا. اها حالت زندگي جي آواز ڪولڻ وانگر آهي.

۴٧- ڏنڌي ۽ زندگيءَ جي ڪٺنائين ڳالهين ۾ لاهيون چاڙهيون سياواڪ ۽ قدرتي آهن، پر ڳڻتين ڪرڻ ۾ ڪو به فائدو نه آهي. سٺي ڳالهه اها آهي ته پنهنجي آزمودي ۽ دنيوي سباڻپ، وشواس ۽ اميد سان حقيقتن کي منهن ڏجي.

ٻين کي مدد ڪرڻ ۽ نڪام سيوا ڪرڻ هڪ سٺي ڳالهه آهي. پر انهيءَ ۾ اسانکي فاسڻ نه گهرجي. ها موهه جي اسانکي مدد ڪرڻ گهرجي. اهو به اهڙيءَ طرح جيئن اسانجي دل تي ڪو به بوجهه نه رهي. پنهنجا ڀڳتي ڪم ۽ ٻيا فرض پلي پالجن، پر پنهنجي اصلي ڪم کي يعني اندر وڃڻ جي ڪم کي ڪاڏي به ڇڏڻ نه گهرجي. ٻين لفظن ۾ ڪاڏي ڏجي ته ٻاڻ کي اجايو ڪمن ۾ نه قاسائجي. انهيءَ لاءِ اها ڪسوٽي آهي ته اهي ڳالهيون توهانجي پڇڻ سمرن ۾ رڪاوٽون نه وجهن ۽ جيڪڏهن رڪاوٽ ٿئي ته ڪڏهن انهن کي ڇڏي ڏيو.

ٻين ۾ وهڻ کان اڳ پنهنجي من مان سڀ خيال ٻاهر ڪڍي، پريم پيار ۽ وشواس سان نام جو سمرن ڪريو. جيڪڏهن ڌيان ڪرڻ وقت ڏنڌي جا ۽ ٻيا ڳڻتين جا خيال توهانکي ستائين ته

١٥- مونکي ڏاڍي خوشي ٿي ته توهين هيٺئين ڳالهه کي بهتر ٿا سمجهو. جيڪڏهن اسين پنهنجو ڪم ايمانداريءَ سان پورو ڪنداسين ته مدد ضرور ملندي. حقيقت ۾ مدد سدائين پيئي ٿئي جنهن جي سڌ اسانکي نٿي پوي. جيستائين اسين پنهنجي اندر وڃي اها ڏسون، پوءِ ٿي اسين معلوم ڪنداسين ته اسان جا قرض هاڪا ٿيندا پيا وڃن. توهين ٻئن کي پورو وقت ڏيندا ته مان خوش ٿيندس. دنيا جي ڪم ڪارن کي مناسب وقت ڏجي، پر انهي کان وڌيڪ ضروري ڪم جيڪو زندگيءَ جو آهي تنهن لاءِ وقت کي ڪيو. ڏينهن جي چوويهن ڪلاڪن مان فقط اڌائي ڪلاڪ، مالڪ جي طرف لڳائڻ لاءِ چيو ٿو وڃي، پر جيڪڏهن حالتون نيڪ نه آهن ۽ اسين اڍائي ڪلاڪ بچائي نٿا سگهون ته پوءِ، اهي اڍائي ڪلاڪ ٻن يا ٽن حصن ۾ پورا ڪري سگهون ٿا.

اسان جو خياليءَ ۾ مکيه ڪم ڏيان کسي ليسري تل ۾ ايڪاگر ڪري، نام سان جوڙي، منش جي درجي کان مٿي چڙهڻ جو آهي، پر اسانکي پنهنجي دنيوي ڪمن کي پڻ ڪين ڇڏڻو آهي ۽ سچائيءَ ۽ ايمانداريءَ سان، جنهن ڪم جي اسين لائق آهيون يا جيڪو سولائيءَ سان ڪري سگهون سو ڪري پنهنجي روزي ڪمائڻي آهي. ٻئن سمرن جو اهو مطلب نه آهي ته پنهنجي خيالي، سستي، بيڪاري ۽ بي خياليءَ جي ڪمن ۾ لڳايون، اسانکي ٻنهي طرفن يعني پرمارٿ ۽ سوارٿ ۾ دل لائي ڪم ڪرڻ گهرجي.

١٦- پرمارٿ لاءِ تمام گهڻي چاهه جيڪا توهان جي اندر آهي ۽ راڌا سوامي مت جا خيال جيڪي توهان جي ملڪ ۾ توهان ۾ آهن، اهي سڀ اهڙين سنسڪارن جون نشانيون آهن توهين سنيون ڳالهيون پنهنجي دشواسين سان ونڊڻ ٿا چاهيو

ڏيان ۽ ٻين ماڻهن جي سمرڻ ڪرڻ سان، توهانکي پنهنجي
سرشت جي ڌارائن کي، جن جو سڄي شرير ۾ واسو آهي، تن
کي اٿان ڪڍي، اکين جي مرڪز ڏانهن آڻڻو آهي ۽ اتي شبد
کي پڪڙڻو آهي. جيڪڏهن توهين اُساهه سان اهو ڪم ڪندا
ايندا ته پوءِ توهانکي اهڙن ڪمن لاءِ مشڪل سان ڪو وقت
بچندو ۽ توهانجون عيش عشرت لاءِ خواهشون پاڻهي گم
ٿي وينديون. توهان ڪيترن ئي ڳالهين جي ڪوشش ڪئي
آهي. هاڻي اُساهه سان هن ڳالهه کي پڻ آزمايو ۽ اُنهيءَ جو
نتيجو ڏسو.

۴۴- سڀ کان پهرين مان توهانکي صلاح ڏيندس ۽
ستسنگين کي چوندس ته پنهنجي دلين کي وهمن، ڀرمن ۽
شڪن کان صاف رکو. اها ڳالهه ياد رکو ته اسانجون هن حياتيءَ
۾ تڪليفون گذريل ۽ هاڻوڪن ڪرمن جو نتيجو آهن ۽ ڪنهن
کي به طاقت نه آهي جو جادوءَ رستي اسانکي ڪو نقصان
پهچائي سگهي. ستسنگين کي پنهنجين تڪليفن کي ٻين تي مڙهڻ
بدران پنهنجيءَ دل کي مضبوط رکڻ گهرجي.

هر ڪنهن کي پنهنجن ڪرمن جو حساب ڏيڻو آهي.
پيءُ جي ڪرمن لاءِ پٽ کي حساب نه ڏيڻو آهي ۽
نڪي مڙس کي پنهنجي زال جي گناهن لاءِ ڀوڳڻو آهي.
هر ڪنهن کي پنهنجي ڪرمن موجب حساب ڀوڳڻو آهي.
جيڪڏهن ڪو ويشنو نه آهي ته پوءِ هن کي ٿي پنهنجي خطا
جو حساب ڀوڳڻو پوندو. سنت مت ڏيکاءَ لاءِ اهو ڪاڏو ڪنهن
جي مٿان ڪو نه ٿو مڙهي. سنت هر ڪنهن کي ڄاڻائين ٿا
ته توهين سنت مت کي مڃو يا نه، پر ماس کائيندڙن ۽ شراب
پيئندڙن کي ضرور سزا ڀوڳڻي پوندي. جيڪي اُنهيءَ ڄاڻ
جي پرواهه نٿا ڪن، تن کي ضرور حساب ڏيڻو پوندو.

هن ڏيڻ گهرجي. توهان کي سيکاريو ويو آهي ته اهڙن موقعن
ن عثي چڙهي، سچائيءَ سان نت نيم سمرن ڪريو. اهڙي
ڙح خراب اٿن جو جڏهن توهان کي ڌپ ٿئي ته پوءِ انهن
هو ڪوبه خيال نه ڪريو پر ستگروءَ ۽ نام جو خيال ڪري
دانتيءَ سان اکين جي مرڪز تي پنجن نامن جو سمرن ڪريو،
جي توهان کي نام جي بخشش وقت ٻڌايا ويا هوا.

توهان کي استريءَ جي باري ۾ مان صلاح ڏيندس ته
صبر سان وقت گذاريو. توهين هنڪي سنتوش ۽ تحمل سان ۽
نه تيسي، ساڙي يا وڙهه جهيڙ سان باز آڻي سگهندا. جيڪڏهن
هوءِ يا ٻيا ماڻهو توهان جي عقيدي جي نڪتهچيني ٿا ڪن ته
توهان کي غصو نه ڪرڻ گهرجي، ڇاڪاڻ ته هنن کي انهن
ڳالهين جي خبر ڪانهي، پر توهان کي ته سڀ سڌ آهي.
جيڪڏهن ٻنهي جي وچم سٺا تعلق پيدا ٿيندا ته نه رڳو
توهين خوش رهندا پر........ به.

اندر ۾ ستگروءَ کي پرارٿنا ڪريو ۽ پوءِ پريم ۽ اميد سان
جيئن واجب سمجهو تيئن حالتن کي منهن ڏيو ۽ اها ڳالهه ياد رکو
ته سيني ڳالهين جو بحث ڪرڻ سان فيصلو ڪونه ٿيندو آهي.
رڳو عقل سان نه پر هڪ ٻئي کي سمجهي دل وٺڻ سان ڪم
راس ٿين ٿا.

۴۳ـ اهو سچ آهي ته هن دنيا ۾ سچي خوشي ڪانهي.
آسانڪي ٿوري وقت جي خوشي ملي ٿي. وري جلدي اسين
تنگ ٿي ٻئي پاسي ڊوڙون ٿا پر نتيجو ساڳيو ٿو نڪري. سچي
خوشي اندر وڃي نام سان جڙڻ مان ٿي ملي. ڇاڪاڻ ته نام
جي نج ديس ۾ ڪابه بدل سدل ڪانهي. هيءَ استول دنيا
سدائين پيئي ڦري گهري ۽ روحاني دنيا سدائين سک ۽ آنند
واري دنيا آهي، جتي پهچڻ جو رستو توهانجي اندر آهي.

ٻڍن کي آرام ملڻ آهي تنهنڪري ٻڍاپڻ اڳين کان
وڌيڪ آگياڪاري ٿيڻ گهرجي. پنهنجا خيال ٻين مٿان زوريءَ
نه مڙهيو ۽ پنهنجي سٺيءَ هلت سان ٻين کي وس ڪريو.
جيڪڏهن ٻڍڙن پنهنجن روحاني فرضن ۾ سچا رهندا ته پوءِ
ٻين تي ٻڍاپي جو اثر ضرور پوندو.

۴۱- اسين جدا جدا هنڌن تي گهڻو ڪري پنهنجن ڪرمن
جو حساب ختم ڪرڻ ٿا وڃون. تنهنڪري ...... جڳهه لئي
وڃڻ ڪري ڏک نه ڪرڻ گهرجي، ۽ ٻڍاپي کي الهيءَ ڳالهه
جي خياليءَ جو هڪ حصو ڪري سمجهڻ گهرجي. اها سٺي
ڳالهه آهي جو هيٺئين ٻڍاپي جي حالتون وڌيڪ سٺيون ٿيون
ڏسڻ ۾ اچن.

ڪوشش ڪري وڌيڪ سٺي مڪان جي ڳولا ڪريو ۽
جيسين اهو ملي تيسين حالتن پٽاندڙ الهي ۽ خوش ٿي رهو
ماڻهو ڪوشش ڪندو رهي ۽ ٻئي جو خيال نه رکي.

سڀ کان ضروري اهو آهي ته ڪڏهن به ٻين سمرڻ جو
ناگو نه ڪجي. ٻين لٿ ٻير سان ڪجي ۽ پنهنجي دليري ڪمن
کي به ڪندو رهجي پوءِ سنگرو پاڻهي مهر ڪندو. پر اها
ڳالهه ياد رکڻ گهرجي ته ڪنهن به حالت ۾ پنهنجو ٻين نه ڇڏجي.

۴۲- موڪلي ٻڍاپن جي مالي حالت ۽ ٻين تڪليفن جو ٻڌي
ڏک ٿيو پر ياد رکو ته جيڪڏهن ٻڍن پنهنجن آڄامن لئي
پڪو رهي سچي ست سنگيءَ واڪرلت ٻير ٻين سمرن ڪندا ته
پوءِ ڪو به جادوءَ جو اثر ٻڍاپي تي ڪين ٿيندو. جادو رڳو
ضعيف دلين تي اثر ڪري ٿو. جيڪي ست سنگي ۽ نه آهن
۽ مضبوط دل ٿا رکن تن تي به جادوءَ جو اثر نٿو ٿئي.

زندگيءَ ۾ دلاسائون، نا اميدون ۽ ناڪاميابيون ضرور اچن
ٿيون. پر انهن کي ستگروءَ ۾ وشواس رکي مضبوط دل سان

...ءِ اهي ڪڏهن ڪڏهن ماڻهوءَ کي سخت ڏنڊڪو تا ڏين.

...ڪڏهن انسان ٻاهرين روپن کان پاڻ کي آزاد ڪري، اندر
... سچي خوشي ڳولي ته پوءِ هن جي آتما مضبوط ٿيندي ۽ هو
...پنهنجي مرضيءَ موجب اندر وڃي سگهندو ۽ پوءِ هو پنهنجون
...ڪمزوريون ڀري ڦٽي ڪري من ۽ اندرين کي پنهنجي وس
۾ رکندو.

ڪام پنجن قاتل دشمن ۾ زوروارو آهي ۽ انهي سان ٿي
لڙائي ڪرڻ گهرجي. باهه ۾ تيل وجهڻ سان باهه اُجهامي نٿي
پر هيڪاري زور وٺندي آهي.
مان صلاح ڏيندس ته توهين انهي کي هوش سان پنهنجي
وس ۾ آڻيو.

(١) ڪام جي خراب نتيجن کي خيال ۾ رکو.
(٢) انهي جا مخالف گڻ پاڻ ۾ آڻيو يعني ضابطي واري، سيلونت
۽ پوتر حياتي روحاني زندگيءَ کي وڌي هٿي ڏئي.
(٣) پنهنجي دنيوي فرض ۾ پاڻ کي رڌل رکو.
جڏهن حالتون سٺيون ٿين ته پوءِ ڀلي شادي ڪري هم...
۽ ضابطي واري گرهستي زندگي گذارجي.
هند تي وڃجي طريقي جي سڌ آ...

٤٠- هاڻي توهان کي ڌيان ڪرڻ جي ... ڪيڏڻ گهرجي. جيڪڏ...
۽ انهي لاءِ هر روز نت نيم وقت ... سگهو ته پوءِ جيترو سو...
توهين لڳاتار اڀائي ڪلاڪ ننا وهي سگهو اوترو وڌو ۽ پوءِ آه...
سان هڪ ٻي پيري وهي ... جيڪڏهن هڪ ٿي...
آهستي وقت کي وڌائيندا وڃو. جيتوڻيڪ اڪوئي هڪ...
وهي ننا سگهو ته پوءِ ٻه پيرا وهو جيتوڻيڪ ... آهي ته شرڀ ما...
وهڻ وڏڪ سنو آهي. مکيه ڳالهه هيءَ آهي ... آڻڻ گهر...
... ڪندي، اکين جي مرڪز تي

٣٨ - توهان ٻا هڪ جي پنهنجي ڪاميابي ۽ ڏکيائن بابت مولکي لکو. ڏيان ڪرڻ هڪ من جي سادنا آهي ۽ جيڪڏهن ڪو پنهنجي ڌيان کي اندر ايڪاگر ڪري سگهي ٿو ته پوءِ پلي ڪري. لمر، ايڪانت ۽ آسن اهي سڀ ڳالهيون مدد ڪن ٿا ۽ اهي بلڪل ضروري آهن جاڪاڻ ته اهي خيال کي هيڏانهن هوڏانهن ڊوڙڻ کان روڪين ٿا. پر جيڪڏهن مقرر وقت نه ملي ته پوءِ ڪنهن به وقت آرام دائڪ آسڻ پر ويهي، شانتيءَ سان سمرن ڪري سگهجي ٿو.

اها سڀي ڳالهه آهي جو توهين ڪڏهن ڪڏهن ستگروءَ جي وڇڙائي محسوس ڪريو ٿا. اها ڳالهه توهان جي پيار، وشواس ۽ ڀڳتيءَ جو نتيجو آهي. شرير جي بيماريءَ جي باري ۾ اهو سنو آهي ته ڪنهن ڊاڪٽر کان صلاح وٺي انهي موجب علاج ڪجي.

٣٩ - ڪام جي اثر جي باري ۾ مون توهان جي لکيل پڙهي. توهين دوج ۾ رهيا آهيو ۽ هر جاٿو. اهو سنو ٿيندو ته توهين من ۽ شرير جي سنبنڌ کي سمجهو. نام ملڻ جو مطلب اهو آهي ته شش پنهنجو سچو ڌيان اکين جي مرڪز تي آڻي ايڪاگر ڪري جيئن اهو سرلو راهه جيڪو هنجي اندر وجي رهيو آهي تنهن سان هو جڙي ۽ انهي شبد جي مدد سان مٿي وڃي جتان اهو اچي رهيو آهي ۽ انهي تمام اوچي روحاني منزل تي وڃي پهچي. جيستين من پاهرين روپن ۽ شڪلين کي چنبڙيو پيو آهي ۽ اندرين جي وس ۾ آهي، تيستين هو اکين جي مرڪز يعني تسري تل ۾ مٿي نه پهچندو. اندرين جي پوڄن جي ڪري من جي ذاتي ۽ اصلي طاقت گهٽ ٿي ٿي جاڪاڻ ته هو هنن خوشين ۽ مزن لاءِ پاڻ تي پاڙڻ بدران پاهرين صورتن ۽ شين تي پاڙيو پوي ٿو. روپ ۽ شڪليون بدلجنديون آهن [illegible] جا مزا به ٿوري وقت لاءِ ٿي آهن. تنهن ڪان

ڪرڻ ۾ تندرستيءَ کي جوکو رهي ٿو. انهي ڪري ته سنت
هو رستو پسند ڪين ڪندا آهن. سنتن جو ساڌن قدرتي آهي.
ٿو اَکين جي مرڪز تي سمرن رستي من کي اڪاگر ڪرڻ
چاهين ٿا. لڳاتار اها ڪوشش ڪرڻ سان، خيال جون لهرون
هڪ هنڌ جمڻ شروع ٿين ٿيون ۽ شرير پيرن کان وٺي مٿي جي
چوٽيءَ تائين خالي ٿي سن ٿيڻ لڳي ٿو ۽ آتما ۽ من جون
ڌارائون ٽيسري تل ۾ اچي اڪاگر ٿيون ٿين. جڏهن شبد
جي ڌارائن سان آتما جڙي ٿي تڏهن ئي من هميشه لاءِ وس ٿو اچي.

انهيءَ ڳالهه ۾ شڪ ڪونهي ته يوگي سچائي سان مهنت
ڪن ٿا پر انهن جو رستو ڪارگر نه آهي. سنت مت جو اهو
مقصد آهي ته من کي اڪاگر ڪري شرير کي خالي ڪجي.
هائي ساڳي حالت موت وقت ٿئي ٿي. انهيءَ جو اهوئي
مطلب آهي ته جڙ کي چيتن کان جدا ڪجي هن ساڌنا ۾ ويهڻ
کانپوءِ شرير ۾ سور رهڻ نه گهرجي. جيڪڏهن سور رهي ته
پوءِ ڊاڪٽر جي صلاح وٺجي. سنت مت تي جيڪي ڪتاب
آهن سي لوکي پڙهڻ گهرجن.

پين کوجين لاءِ لوهين گهڻو فڪر نه ڪريو. مالڪ، جو انهن
جو خلقيندڙ آهي، سو پاڻهي انهن جي سنڀال ڪندو. لوهين
پنهنجي روحاني واڌاري جو خيال ڪريو. هائو! ٻاهي انهن
ستسنگين سان گڏجي پاڻ سمرن ڪن ٿا. انهن جي سنگت ٻڌي
من جي اثر کي روڪيندي. سنت مت جا ڪتاب پڙهي پنهنجو
وشواس وڌايو. هندستان ۾ ته سڀ ماڻهو پنهنجي حياتيءَ جي
مقصد کي نٿا سمجهن. تمام ٿورا ماڻهو آهن جيڪي ستگرو
جي سکيائن تي هلن ٿا. آواز کي پڪڙڻ جي ڪوشش نه ڪريو
سمرن رستي ئي خيال کي جمائڻ جي ڪوشش ڪريو. جڏهن
... لي پوءِ شبد پاڻهي ٻڌڻ ۾ ايندو.

انهن جي جواب ڏيڻ ۾ وڏي خوشي ٿيندي. جيڪا ۾ ڀرمار ٿي شيوا مرلکان ٿي سگهندي مان ڪرڻ لاءِ تيار رهندس.

منت شبد سروپ ٿيندا آهن "Word made flesh" جنهڪڏهن توهين من کي دنيا ۽ انهي جي موهه مان ڪڍي، اندر وچي نام سان جوڙيندا ته پوءِ توهين ستگروءَ سان تعلق رکي سگهو ٿا. نام سڀ ڪنهن هنڌ آهي ۽ توهان جي اندر به آهي ۽ انهي سان توهين جڙي سگهو ٿا.

٣٦- توهانجي خط پڙهي خوشي ٿي ۽ اهو معلوم ٿيو ته ڳالهيون انهي قدر سڌريون آهن جو ستگروءَ توهان جو رستو صاف ۽ سولو ڪري ڇڏيو آهي. اندرينءَ طاقت ۾ ڪڏهن به ڪو نقص نه آهي ۽ جيڪڏهن شش کي ڀرو وسو ۽ پيار آهي ته پوءِ اها طاقت سدائين ڪم ڪري ٿي. سڀ نعمتون انهي کي ئي حاصل ٿين جيڪو پنهنجو فرض پورو ڪري ۽ پيار ۽ ڀروسي سان نتيجي لاءِ انتظار ڪري ٿو. مونکي اهو ٻڌي خوشي ٿي آهي ته توهانجي گهرو حيالي سڌري آهي ۽ توهين ڪم ٿي چڙهيا آهيو.

جنهن آزمودي مان توهان لنگهيا آهيو ساٻه تمام سٺي ڳالهه آهي ۽ اها نشاني آهي ته ڪال جي طاقت جو زور توهان تان هميشه پورو ٿيندو پيو وڃي.

٣٧- پراڻايام هڪ قدرتي ساڌن نه آهي. پراڻن ذريعي من کي قابو ڪرڻ لاءِ اهو ڪيو ٿو وڃي. موت وقت پراڻ ۽ انهيءَ دوارن من کي وس ڪرڻ جا طريقا پنهان رهجو وڃن. اهو ائين آهي جيئن ڪنهن بدمعاش کي زنجيرن ۾ ٻڌي قابو ڪرڻ. جيستائين هو زنجيرن ۾ قابو آهي تيستائين هو سڌو آهي پر جڏهن هو انهن کان آزاد ٿو ٿئي ته پوءِ هو وري پنهنجون پراڻيون بدمعاشيون شروع ٿو ڪري. پيو ته پراڻايام

هئڻ جڳائي. سخت پورهيو انسان کي تڪائي تو ۽ ننڊ تو آئي، ڇاڪاڻ

قدرت جو اهو طريقو شرير کي آرام ڏيڻ جو آهي. آهڙن

لحظن لي چڱي طرح ڏيان ڄمائڻ ذرا ڏکيو تو لڳي پر انهي

وقت گروءَ جو ڏيان ڪجهي يعني آندر ۾ گروءَ جي سروپ ۽

شبد جو ڏيان ڪندو رهجي. شرير گهڻو ٿڪل نه هجي ته هن

جڏهن من تازو توانو هجي ۽ جيڪڏهن پوريءَ ننڊ

ڪوشش ڪري پڇن لاءِ وقت ڪڍجي. اهو تمام سٺو ٿيندو.

ڪان پوءِ پرڀات جو وقت ڪڍو ته تمام ڪمائتو آهي. اها ڳالهه

انهي وقت جيڪو پڇن تو ٿئي سو ۽ هن ۾ سٺا سنسڪار وجهندي.

ٻار جي خيالات لي سٺو اثر ڪندي، سٺا ست سنگ، چا ڪتاب يا پيا نيٺي

سنگروءَ جو ڏيان ڪرڻ، اهي ۾ ساڳيو ئي اثر پيدا ڪندا.

سڪيا چا ڪتاب پڙهڻ، ضرورت جيئن لون چوڻ تو،

۳۵- زنده ستگروءَ جي آهي. آساڻجي مهان ستگرو بابا

سنت مت ۾ تمام گهڻي لوهاڻڪي نام دان ڏنو هو، سي ۲ اپريل

ساوڻ سنگهه جي مهاراج جن چولو ڇڏي ويا ۽ لوهاڻڪي انهيءَ جو اطلا

۱۹۴۸ع لي اشتول کان وٺي سنڌن حڪم ۽ وصيعت موج

ڏنو ويو. اُن وقت پيو اچان.

مان سنڌن ڪم ڪندو هر روز هن دنيا ۾ ڪين ايندا آهن.

اُهڙا مهان ستگرو هئي ۽ هنن جي شڪتي بي حد هئي. هو

جي پهچ اوچي ئين انسان ٻالڪن جي ڪمن لي مهر جي

مالڪن وانگر آيا تا ۽ انهن ششن سان آندر ۾ گڏجن تا جي س

رڪندا پيا اچن ساڻن پيار رکن تا ۽ آندر وڃن تا.

سمرن تا ڪن، وٽن سي پڇي سگهيو تا ۽

جيڪي ۾ سوال لوهاڻڪي

۽ ٻه اِترو وقت ڏجي جيترو اُنهن جي هلائڻ لاءِ واجبي ۽ ضروري هجي. اِهو هڪ سونهري قاعدو آهي. توهين پلي سنستا جا ميمبر ٿيو ۽ جيئن اُنهيءَ جا ڪم توهانجو گهڻو وقت نه وٺن ۽ ايشور سمرن جي ڪم ۾ رڪاوٽ نه وجهن. اِهائي نه ڪسوٽي آهي. پنهنجا فرض پلي پالبو ۽ اُنهن (سنستائن) جي انتظام جي ڳالهين ۽ پروگرامن ۾ پاڻ کي نه ڦاسايو. مڪتي هر ڪنهن جو شخصي معاملو آهي. اُنهيءَ کي حاصل ڪرڻ جو رستو آهي ڍڍ آتمڪ نام سان جڙڻ.

٣٣- مونکي خوشي آهي جو توهان کي نام جي دڪشا جو قدر آهي پر اُنهيءَ جو سچو قدر تڏهن ٿيندو، جڏهن توهين سمرن رستي، شريعر کي خالي ڪري اندر ويندا. اُنهي ڳالهه جي پوءِ توهان کي سڌ پوندي ته گرو ڪير آهي ۽ پوءِ توهين پاڻ اندر ڏسندا ته گرو پنهنجن شش لاءِ ڇا ڇا ڪري رهيو آهي! نام ملڻ جو مطلب اندر وڃي گروءَ سان گڏجڻ آهي ۽ پوءِ هنجي مدد سان روحاني منڊل طئه ڪرڻو آهي، جو پيرن جي ترين کان شروع ٿي، مٿي جي چوٽيءَ تائين پورو ٿو ٿئي.

توهين ستسنگ ۾ دير سان آيا تنهنجو ڏک نه ڪريو. هرڪا ڳالهه پنهنجي وقت تي ٿئي ٿي. پر هاڻي توهين ڪٽنب جا ڀاتي سڀ ستسنگي آهيو انهيءَ ڪري سڀ ڪوشش ڪريو جيترو ٿي سگهي اوترو پاڻ ۾ گڏجي ايشور سمرن ڪريو.

سنساري ڪمن لاءِ هڪ طرح ڪوشش ڪجي ۽ پوءِ ڪرم فڪر يا چنتا نه ڪجي ڇاڪاڻ ته پوءِ جيڪي به ٿيندو تنهن ۾ توهان جي ڀلائي هوندي. وشواس ۽ ڀروسو رکي، دلوي توڙي روحاني ڪمن ۾ اڳيان وڌندا وڃو.

٣٤- مونکي توهان جي سکي ڪٽنبي حياتي ۽ ٻچي ٻچيءَ جي سٺن لاڳاپن بابت پڙهي، ڏاڍي خوشي ٿي. اُنهن

ن کي گهنڊ جو آواز ٻڌڻ ۾ اچي ٿو، پر اُنهيءَ ڏانهن ڌيان
ڏهن ڏجو، جڏهن اِهو ساڄي ڪن کان نرڙ ڏانهن ونڊو
ي. جي اِهو ڏائي ڪن کان ايندو هجي ته پوءِ اِهو نه ٻڌجي.
ڪڏهن اِهو آواز ڪٽي گهنڊ جو به هجي پر جي ڏائي پاسي
ن ايندو هجي ته پوءِ اُنهي ڏانهن خيال نه ڏيڻ کپي.

۳۴- لوهين جهونا ست سنگي آهيو؛ لوهان کي راڌا سوامي
ست جي اُصولن تي، شش کي ڪيئن هلڻ گهرجي تنهنجي سڀ
سڌ آهي. آسانجو وڏو ڪم آندر وڃي شبد سان جڙڻ آهي؛
آهڙي طرح آسانکي هن دنيا جي پريشانين بان الجهن کان
مٿي چڙهڻو آهي. هيءَ دنيا هڪ لڙائيءَ جو ميدان آهي.
دنيا ۾ ڪڏهن به امن چين نه رهيو آهي ۽ نه رهندو. بي چئني
دنيا جي هڪ خاصيت آهي ۽ اِنهيءَ حالت کي بدلڻ تمام
ڏکي ڳالهه آهي.

جيڪي آندر وڃي نام سان جڙن ٿا، سي دنيا جي گوڙ بکيڙي
۽ الجهن کان مٿي چڙهي صلح سانت ۽ خوشيءَ جي ديس ۾
رهن ٿا. جيڪي هن روپ ۽ رنگ واريءَ دنيا جي بکيڙي
۽ الجهن ۾ ڦاٿا پيا آهن، سي هن فنا دنيا ۾ رهندا ۽ پنهنجين
خواهشن ۽ اڇائن کي پوري ڪرڻ لاءِ هو طرح طرح جي
حالتن ۾ جدا جدا جنم پيا وٺندا.

تنهن هوندي به آسانکي پنهنجا فرض پالڻا آهن ۽ پنهنج
ملڪ، پنگت وغيره جنهن ۾ اسين رهون ٿا، تن ڏانهن
آسانجا فرض آهن، پر اِهي سڀ نا موه جي رڳو فرض سمجھ
ادا ڪرڻا آهن. آسانجي ستگروءَ حضور مهاراج جن لوهان
صلاح ڏني هئي ته ڪنهن به سماج سڌارڪ سنستا ۾ شامل
ڪو به هرج ڪونهي بشرطيڪ اُها اسانجو گهڻو وقت
۽ اُها هڪ روزگار جو ذريعو نه هجي. دنياداريءَ ۽ ٻين

سنت مت پرم پيار سان سمجهائي باز آڻڻ جو ۽ نه دٻاءَ ۽ زور زبردستيءَ جو مت آهي. اهو سمجهڻ غلط آهي ته جيڪڏهن اسين رڳو ڀڄن ڪندا رهون ٿا ته پوءِ ستگرو اها پرواهه نٿو رکي ته ڪيئن اسين رهون ٿا ۽ ورتون ٿا. اهين ڳجهي نه شروع ۾ اسانجي ڀڄن سمرن جو واڌارو گهڻي قدر اسان جي حياتيءَ جي هلت ۽ خيالن تي منحصر آهي. انهيءَ ۾ مالڪ ضابطي جي ضرورت آهي. جيڪڏهن هوءَ پنهنجو سچو خيال ڀڄن سمرن کي ڏيندي ۽ ٻين ڳالهين جو گهڻو ويچار نه ڪندي ته پوءِ ڪبس گهڻو فائدو رسندو.

جيڪڏهن ڪا شيءِ پسند نه هجي يا اُنهي جو قدر نه هجي ته پوءِ اها ڪرڻ اجائي آهي. تنهن ڪانسواءِ جڏهن پار وڃا ٿا تن ته پوءِ هتي ۾ چڪر ڦيرو ٿو اچي. تنهنڪري انهن کي ڏيانڻ ۽ هيسائڻ اها سهڻي ڳالهه نه آهي. زماني جي ڦرندڙ حالتن موجب ٿي اسان وڏن کي هلڻ گهرجي. هر روز لت نيم سان اجائي ڪلاڪ ڀڄن سمرن کي ڏيڻ گهرجن. (۽ ڪلاڪ سمرن ۽ اڌ ڪلاڪ شبد جو ٻڌڻ) جيڪڏهن ڪوهين اهين لت نيم ۽ پرم پيار سان ڪندا رهندا ته پوءِ حالتون سڌري وينديون.

٣١- مولڪي لوهان جي جاءِ پهچي ۽ جيڪو لوهان اندر ديدار جو آزمودو لکيو آهي سو دلچسپيءَ سان پڙهيم. اهي ڳالهيون شرق کي وڌائڻ واسطي آهن ۽ ڀڄن کي وڌيڪ وقت ڏيڻ لاءِ آگره ڪن ٿيون ۽ وڌيڪ لڳن سان سانڊا ڪرڻ ڏانهن مائل ٿيون ڪن. جيئن لوهين ڀڄن ڪندا ويندا، تيئن لوهان گهڻيئي تجربا حاصل ڪندا.

جڏهن اندر جوت نظر اچي ٿي تڏهن انهي مان ايندڙ آواز ڏانهن پورو خيال ڏيو ٿا، اهو صحيح آهي. اهي آواز هر وقت پيو وڃي. اها سٺي ڳالهه آهي جو ڪم ڪار ڪندي

ڪ منٽ ۾ چپ ڪري نٿو وهي. من کي هڪ هنڌ ٻڌارڻ
لاءِ لڳاتار گهٽ ۾ ٻي سالن جي محنت گهرجي. جيسين من شانت
نه ٿيو آهي تيسين هو اندر وڃي ڪين سگهندو.
توهان جو اندر نه وڃڻ ڪو دماغ جي رڳن جي ڪمزوريءَ
ڪارڻ نه آهي پر سمرن جي سادن کي نيم سان وقت نه ڏيڻ
ڪري آهي. جيڪڏهن توهان کي سٺو نتيجو گهرجي ته پوءِ
ايڪاگر من سان ٻه ڪلاڪ سمرن کي ڏيو ۽ اڌ ڪلاڪ شبد جي
آواز ٻڌڻ کي ڏيو. انهيءَ کان سولي ۽ پڪي واٽ ٻي ڪانهي.
من ڪا رواجي طاقت نه آهي جو سولو قابوءَ ۾ اچي. من
جو سڄيءَ دنيا تي قبضو آهي. جيسين آسانجو ڌيان نَون دروازن
اندر آهي، تيسين من آسانجي وس کان ٻاهر آهي. جيترو
آسين خيال جون ڌارائون شرير جي هيٺين ڀاڱن مان ڪيندا
اکين جي مرڪز ڏانهن مٿي آڻيندا سين، اوترو من تي آسانجو
ضابطو ٿيندو ويندو. جڏهن من پوريءَ طرح انهن نَون دروازن
کي خالي ڪندو تڏهن، هو آسانجي وس ۾ ايندو. تنهن کا
وه آسانجو ڌيان ٽيسري تل ۾ جمندو ۽ پوءِ شبد جي آواز
جو پورو فائدو وٺي انهي جي سهاري مٿي چڙهبو.
۳۰- ياد رکو ته اهڙا (جادوءَ جا) سادن ست سنگ
همٿايا ڪرڻ ويندا آهن. ....کي سنت مت جي اصولن جي
هڻڻ گهرجي. هڪ ٻي ڳالهه سمجهڻ جوڳي آهي ته ڪن
ست سنگيءَ تي جادو، ڪامڻ وغيره جو ڪو به اثر نه ٿ
شش کي رڳو پنجن نامن جو سمرن وشواس ۽ پيار ڀر
ڪرڻ گهرجي ۽ جادو وغيره جو ڪو به اثر هنن جي
نه ايندو. البت هيءَ ڳالهه آهي ته جيترو نت نيم ۽ پيار سان
سمرن ڪندا اوترو زياده مظبوط توهان جو بچاءُ
ٿيندو.

ڏيان ڪرڻ بهتر آهي.

هي مارڪ، جو ٻوڙن لاءِ لڳون آهي انهن جي بين سان ڳالهه ڪرڻ جو ضرور نه آهي، جيستائين ڪ ٻوڙهن اهي ۽ ڪا ۽ چڱا آزمودگار ٿيو. ٻوڙن جي زندگيءَ جو مثال، دماغي قوت ۽ حالت، اهي سڀ پاڙهڻ بن لي اثر ڪندا ۽ اهي ماڻهو عجب ۾ ٻوڙن کان پڇندا ته ٻوڙن ۾ اهڙي قبر گهيز ڪيئن آئي آهي؟

۲۸- راڌا سوامي مت، منتر، جادو، پرُوت ودياءِ اهڙن قسمن جي ساڌن جي خلاف آهي. جيڪو به اهڙن ڳالهيون تي ڪري سو ايڪاگرتا ۽ ڌيان ۾ واڌارو ڪري ڪين سگهندو. اهڙو شخص جيسين اهي ڳالهيون ڪين ڇڏيندو، ليسين هنڪي نام جي دکشا ڪين ملندي. جيڪو به شش روحانيت ۾ واڌارو ڪرڻ چاهي ٿو، انهن کي جيڪي ماڻهو جادو ۽ پرُوت ودياءِ وغيره ڪن ٿا ان سان ڪو به لاڳاپو نه رکڻ گهرجي.

ٻوڙهان پنهنجو وقت سمرن ۽ ڌيان کي ڏيندا ڪرهو پوءِ انهن جو برو اثر ٻوڙهان لي ڪين ٿيندو.

۲۹- ٻوڙهان لکو ٿا ته پڇن لاءِ ٻوڙهان جو شوق گهٽجي ويو آهي جاڪاڻ نه گهرسل لعيجا ٻوڙهان کي حاصل ڪين ٿيا آهن. ٻوڙهان کي پنج سال اڳ نام مليو هو. شش کي هر روز گهٽ ۾ گهٽ اڍائي ڪلاڪ پڇن سمرن کي ڏيڻا آهن. جيڪڏهن ٻوڙهان هر روز اهو وقت ڏيو ها يا رڳو اترو وقت سمرن کي ئي ڏيو ها ته به ٻوڙهان جو من شانت ٿي وڃي ها.

پهريون قدم اکين جي مرڪز يعني شو لبتر ٿي ڌيان جمائي سمرن جي رستي من کي هڪ هنڌ ٻهارڻ آهي. ڪمترن ٿي گذريان جنهن ۾ من پڪڙڻ جي عادت پرائي آهي. اهو مسن

ڪري سگهندا، جيئن ماڪوڙي واريءَ مان کنڊ جدا ٿي ڪري.

توهان بيشڪ پنهنجا آزمودا ۽ ڏکيائون لکي موڪليو.
ستگورو سڀ ڄاڻن ٿا پر هو جيڪي اندر ڄاڻن ٿا سو ٻاهر
وري نه ٿا ٻڌائين.

توهان جا آزمودا پڙهي مان خوش ٿيس ۽ توهان جي
لاڳيتار اورچائيءَ لاءِ توهان کي واڌايون ٿو ڏيان. ڪرڻي
پرمارٿ جو سار آهي. توهان پاڻ ڏٺو آهي ته هن دفعي آس پاس
۾ گهٽ تڪليف ٿي ۽ هاڻي توهان ڏکيائن کي ڄڻ نه لنگهي پار
پيا آهيو. اها قدرتي ڳالهه آهي ته جڏهن شبد جي ڌارا، شرير
جي هيٺين حصي مان ٻاهرين مٿي تي چڙهي ته پوءِ شرير سن
ٿيو پوي ۽ ڪجهه سور ٿو معلوم ڪجي. پر هڪ دفعي پنهنجي
پڪي ارادي سان جڏهن اڪاگرتا حاصل ٿي ٿئي ته پوءِ،
ٻاهرين جي مقابلي ۾ ڪم سولو ٿيو پوي. دٻاءُ، ڇڪ، ساهه
کڻڻ ۾ تڪليف ۽ منهن جي سيٽ، اهي سڀ محنت جون
نشانيون آهن جا محنت خوش قسمتيءَ سان پوري ٿيڻ لي
اچي بيٺي آهي. ٻن اکين جي وچ مرڪز تي، نام جو سمرن
ڌيان سان ڪريو ۽ جڏهن اهو مڪمل ٿيندو، ته پوءِ سڀ محنت
ثابت پوندي. هن ساڌن ۾ ڪنهن به عضوي جي جڏي ٿيڻ ل
موت ٿيڻ جو امڪان ڪونهي. اهو فڪر توهين من م
ڪڍي ڇڏيو.

هائو، جيڪڏهن توهين نام جو سمرن محڪم ارادي ۽ پ
پيار سان ڪندا، ته پوءِ توهان جو ڌيان استر ٿيندو. پنهن
روزاني ڌيان جي وقت کان سواءِ وچ ۾ ڪلاڪ ڏيڍ لاءِ اي
ڏاڍو ڪمائتو ٿو ٿئي ۽ توهين فرصت جو وقت اِئين ڪم
سگهو ٿا.

جڏهن پيٽ خالي آهي يا کاڌو هضم ٿي ويو آهي

توکي پيو چاهي. تون دلگير ۽ ماندي نہ ٿيءُ. پنهنجي ڏکن
۽ تڪليفن متعلق پنهنجن خيالن کي هن ڏانهن موڙ. اُلٽيءَ ٻالڪ
ٻ توکي واضح رهڻ گهرجي تہ هر روز تنهنجي ڪرمن جو بوجو
تنهنجن تڪليفن کي سهڻ ۽ منهن ڏيڻ ذريعي هلڪو ٿيندو
پيو وڃي.

٢٦- جيڪي ٻ توهان کي وٽي سو توهين مونکي لکي سگهو
ٿا. توهانجو نالاڻيءَ جاه ٿي وڃڻ ۽ آسان ڪارج نہ سرڻ، اهو
سڀ توهان جي ڪرمن موجب آهي. جڏهن ڪرمن جي ڦل ملڻ
جو وقت ٿو اچي تڏهن من ۾ ٿي انهن جي ڦل ملڻ موجب
خيال پيدا ٿين ٿا.

مان رکو اهو جولدس تہ دنيا ۾ عقل ۾ڏيءَ سان ٻالڪن جو
فيصلو ڪجي ۽ ڏنڊي لاءِ ڪٿهن ڪان سٺي صلاح پلي ولجي
۽ پوءِ ٻچن مرواهي، سنڪوروءَ جي سروپ جو ڌيان ڪري، ڪم
شروع ڪجي. مهرباني ڪري پنهنجو ٻچن ۽ سمرن هر روز
لت سمر سان ڪراءِ تہ پوءِ اندر ۾ توهان کي شانتي حاصل
ٿئي ۽ سنڪوروءَ جي دئيا مهر محسوس ڪري سگهو.

٢٧- توهان جي چٺي جنهن ۾ توهان پنهنجي ٻچن سمرن بابت
لکيو آهي سا پهتي. توهان جو روحانيت جي راهہ لاءِ چاهہ ۽
پيار قابلتعريف ٿيو آهي ۽ توهان کي صحيح رستو مليو آهي جنهن تي
هينئر توهين هلي رهيا آهيو. ٻر خاص ڪري شروعات ۾ اهو
رستو ڏکيو ۽ ٽڪاليندڙ ٿيندو آهي. انڪري ڪي، 'ڪنڊيءَ جو
رستو' ڪري بيان ڪيو اٿن جا آهستي آهستي محنت سان
واريءَ جي ڪڻن سان گڏيل کنڊ جي داڻن کي چونڊي ٿي
ڪڍي. شبد هرهنڌ موجود آهي پر جڏهن توهين شو ليتر
۾ شبد سان جڙندا ۽ جڏهن توهان جو ڌيان بالڪل ايڪاگر
ٿيندو، تڏهن ٿي توهين انهيءَ سار تتو کي هن رچنا مان جدا

ڏيو.
سکھي اوترو وقت ڏيان ڄمائڻ کي
دل يا دماغ جو مونجھارو ڪو ڌيان ڪرڻ جو نتيجو ڪين
ھي. ائين ٿي سگھي ٿو ته سمرن وقت من ٻاهر ٿو ڊوڙي ۽
دنيا جي دکن ۽ تڪليفن جي خيال ڪري، من سمرن ۾ نٿو
جمي ۽ هو ٻاهريان خيال اندر آڻي من کي منجھائي ٿو.
سچو وقت من کي صبر ۽ شانت ۾ رکڻ گهرجي ۽ خاص ڪري
ڌيان ڪرڻ وقت. مونکي سڌ آهي ته هي ڪم ڏاڍو ڏکيو
آهي خاص ڪري تنهنجي حالتن ۾. لنهن هوندي به اسين دنيا
جي مصيبتن کي منهن ڏيڻ لاءِ ڄاوا آهيون ۽ دل هارڻ نه
کپي. اِنهيءَ کان ڇٽڻ جو ڪو ٻيو چارهو ڪونهي. دنيا ۾
رهي، ٻاهرينءَ دنيا جي تڪليفن کي منهن ڏيندي شش کي
من سان لڙي، اُنهي کي پنهنجي قبضي ۾ آڻي، اِستر
ڪرڻو آهي.
دنيا جي لڳ لاڳاپن ۽ مٽي مائٽيءَ بنسبت اسين ڄاڻون
ٿا ته دنيا ۾ سڀ مطلب جا رشتا آهن. مڙس، پياءُ، زال،
پيءُ، پيا مٽ مائٽ، دوست وغيره سڀ پنهنجي پنهنجي
غرض ۽ مطلب لاءِ اسانکي چنبڙيا پيا آهن ۽ جڏهن اُنهن جو
مطلب پورو ٿيو ٿئي ۽ هو سمجهن ٿا ته اسان مان هنن جو
وڌيڪ مطلب سِڌ نه ٿيندو تڏهن هو منهن موڙي هليا ٿ
وڃن. اُنهن ۾ گهٽي آس نه رکڻ گهرجي پر جيڪڏهن ه
اسانکي موت ۾ پنهنجو پيار نٿا ڏين تڏهن به اسانکي اُ
ڏانهن پنهنجا فرض پالي، اُنهن جي سار سنڀال لهڻ گهرج
خاص ڪري اِها ڳالهه تنهنجي لاءِ پنهنجي پتيءَ سان
جي لاڳاپي جي آهي. تون هنکي پيار ڪر. هن جو چيو مڃ ۽
لاءِ ڪمائني ٿيءُ. پنهنجي پيار ۽ شيوا سان هنکي راضي ڪ
سنکورو سوکيم ۽ شبد سروپ ۾ سدائين توسان گڏ آ

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

۲۴ – جيڪي سنت مارگ تي هلي رهيا آهن، تن سيني
کي مان پنهنجا ساٿي شاگرد ڪري ٿو سمجهان ۽ آهي مونکي
پائڙن ۽ پيڙن سمان آهن. جيڪڏهن آهي عمر ۾ ننڍا آهن ته
پوءِ آنهن کي ڌيئرون ۽ پٽ ڪري ٿو سڏيان. آلما ۽ من جون
ڌارائون جي بدن جي ذري ذري ۾ رمي رهيون آهن، تن
کي نام جي سمرن جي رستي، اکين جي مرڪز تي هڪ هنڌ
ڪٺو ڪري جمائڻي. اهو ڪم ڌيري ڌيري ٿيندو. پر
ماڻهو انهيءَ جو نرت نسيجو ڏسڻ نٿا چاهين. شرير جي اکين
ڪان هيٺين پاڱي کي خالي ڪرڻ ۽ پنهنجي ڌيان کي اکين جي
مرڪز يعني ٽيسري تل تي ڪٺو ڪرڻ، اهو ورهين جو پورهيو
آهي. جڏهن بدن جي هيٺين حصي مان خيال نڪري ٿو
ته پوءِ اکين جي هيٺان شرير سُن معلوم ٿو ٿئي. پر انهي مهل
ساڌڪ اندر ۾ سجاڳ ٿو رهي. هو اندر جوت ٿو ڏسي ۽
چڱيءَ طرح شبد جو آواز ٿو ٻڌي. انهيءَ کان پهرين جيڪ
آواز ٻڌڻ ۾ ٿو اچي سو مٿي نٿو کڃي. تنهن ڪري پهرين
اسانجو مکيه ڪم اهو آهي ته نام جو سمرن ڪري اسين شرير
کي خالي ڪريون. سمرن مهل شبد کي ٻڌڻ جي ڪوشش
ڪريون. سمرن سان گڏ آواز کي ٻڌڻ، اهو اسانجي ڌيان ک
ورهائي ٿو ڇڏي. آواز کي ٻڌڻ لاءِ رڳن تي زور نه ڏيڻ
آواز پاڻ مرادو پاڻهي ايندو ۽ جيئن جيئن اسانجو ڌيان اند
پڪو جمندو ويندو، تيئن آواز صاف ٻڌڻ ۾ ايندو ويند
توهان جون سڀ ڪوششون ڌيان کي وڌيڪ ۽ وڌ
جمائڻ ۾ لڳڻ گهرجن. ستگورو شرير جي اندر ويٺو آ
ڪڏهن ڪڏهن اسان نٿا سوکيم ۽ ن
اسانکي اندر درشن
درشن سان اها ڌيان جي نشاني آهي
يا اند

تہ هُن يا ساڳئي مقصد تہ ڏيکارين. مان بہ .... کي بابت پڻ لکان ٿو. اسان کي ايڪتا گهرجي، ايڪتا پڻ اُچتو آهي، تنهن کري ايڪتا کي گهٽائڻو آهي. ايڪتا کي حاصل ڪرڻ جو سادو رستو اهو آهي تہ اسين اَسُول شرڪي ڇڏي، الهيءَ مان خيال ڪڍي، اکين پليان مرڪز لي خيال کي اپڪاڳر ڪريون.

اهو خيال رکو تہ سنستا جو انتظام توهان جي آتما کي پرساتي يا روڪي نہ. نہ تہ ماڻهو روحانيت جي ڳالهين پر مدد وٺڻ بدران، توهان وٽ دنيا جي مدد وٺڻ لاءِ پيا ايندا ۽ پوءِ اها سنستا ڪنهن ديول يا مندر وانگر، ماڻهن کي دنيوي تڪليفن پر مدد ڪرڻ جي جاءِ بڻجي پوندي، جنهن پر شاهوڪار مميبر، غريبن کي مدد ڏنا ڪن. مان توهان کي اها صلاح ڏيندس تہ روحانيت جي حد اندر رهو ۽ جڏهن اهڙي ڪا خاص ضرورت پوي تہ پوءِ ڪٿي سنستا جو خيال رکي مدد ڪجي. الهيءَ لاءِ ڪابہ آفيس يا جڳهہ وغيره نہ هئڻ گهرجي. پرمارٿ کي ڪڏهن بہ سوارٿ سان گڏڻ نہ کپي. پنهنجي آتما جو خيال ڪريو ۽ پوءِ اِيون ڳالهيون پاڻهي پيئون پنهنجي وقت لي لبنديون.

جڏهن اسان جي سنگروءَ کي زور ڪيائون تہ هتي (ڏيري پر) چوڪرين جي سڪول کولڻ جي موڪل ڏيو تہ هُن جواب ڏنو تہ روحانيت جي سڪول کان سواءِ مان ٻي ڪنهن بہ سڪول کولڻ جي موڪل نہ ڏيندس. اندر وڃڻ، شبد سان جڙڻ ۽ متيون روحاني سفر طئہ ڪرڻ، اها وڏي پر وڏي نڪي توهين پاڻ سان ۽ پڻ سان ڪري سگهو ٿا ۽ ڪابہ ڳالهہ جيڪا الهيءَ مقصد کي حاصل ڪرڻ پر رڪاوٽ وجهي، تنهن کي هٽائي ڇڏڻ گهرجي.

سان پسار ساگر مان پو ڳروٽ ڪي لن آهي ڪيو عمل لي ...ن

... ڪري چڏيو. ڏانهن ماڻهن جو
ستسنگ جو اهو مقصد آهي ته ڪمزور ڏانهن ماڻهن جو
... ٿي ڪي ملين ۽ من جي شش ۽ چڪائجي ... ٿيان
... ڪٽي ته پوءِ محنت ۽ ورلو ته ڄاٿي لاڀ جو انهي شش ڏهن ...چيڪ
... آخر پهچائيندو. رهندو ۽ ... غلام جو اندرين ۽ من ته آهي قدرلي
... اندر موڙيندو پنهنجو منهن پوءِ ته پوندو ۽ ...
... پر. آهي پوڄٽي ضرور هنڪي ته ته پرالبد ڪندو. شروع ... پڻ ۽
... آهن. لٿائيندا ور موج ضرور وقت موت جي شش ، سنت
... اچان جو مٿان شش ان ، اڳيـــ ڪــان انهيءَ سنت ڏهن ... چيڪ
... وسائين منهن جو مهر ، آهي پيو قــائــو پر يوڳن جي اندرين
... بالڪل پر يوڳــن جي اندرين چــا ، آلما جي شش انهيءَ به ، ،
... مهر يا ڏيا اها لنهنڪي ، نثي چڏي ڪي انهن ۽ آهي پيٿي قاتي
... ونهدي. ضايع بلڪ سگهندي پهچائي ته ائدو

سڪيا جي مت سنت لوهان ۽ آهي نيڪ جواب جو لوهان
چت ... برسن ۽ ... جو پختو ڪي انهيءَ هاڻي . آهي سمجهيو ڪي
... پڪشپالي ۽ جمائين تـا اعتقاد ڪو سان مشڪل مباحثا بهت . رهو
... پنهنجي وانهي چو اچائو پوءِ آهن مڃيندا ته ڪي ڳالهه بـ ... ڏهن ع

... پڏي ڪي آواز جي شبد چڳياسو ۽ ستسنگي ڪو ... ڏهن . وڃائجي ... رقت
... سمجهـ ڪري نشاني جي مهر جي ستگوروءَ اها هنڪي پوءِ ته
... ڪ ودڙاڪ مان شرير خيال پنهنجو ڪري ڪوشش ۽ جي گهر
... . پڏي چئو ودڙاڪ ڪي شبد هو ته لاءِ انهيءَ جي گهر

۲۳ـ نـام جو سمرن يا شبد جو اندر پر پڏڻ يا ليسري
... اسانـکي ڏانهن منزل هن سادن پيٽي اهي ، ڏيان ڪرڻ

هاو. اِهائي سچي پرچي آهي جا اسالڪي ڪم ايندي. پر اسالڪي ڪو پنهنجا سڀ فرض ڇڏڻا ڪرڻهن. پنهنجي دل پيار ۽ وشواس سان پُر ڪري انهيءَ ڪم ۾ لڳي وڃو. پنهنجا دنيوي فرض پڻ پاڻ پاليو. هيءَ سڀ پنهنجي سامهون رکو ۽ هلو لنگون سال لوهان لاءِ سوڀ ۽ خوشي آڻي!

٢١- جرڪي لوهان لکيو آهي سو سڀ پيار ۽ وشواس جو نتيجو آهي ۽ اهو پڻ جي ڪاميابيءَ جو هڪ مکيه انگ آهي.

اکين جي مرڪزي ڏيان ڄاڻڻ ۽ پوءِ مٿي شبد جي مدد سان جوڙڻ، انهيءَ ساڌن ڪانسواءِ ڪنهيءَ جو پيو ڪو به اپاءُ ڪونهي. انهيءَ ساڌن بنا جدا جدا جوڳين ۾ ڀٽڪڻو ٿو پوي. جسمن ماٿرو پاڻ سان اندو پيو آهي اسين جو دنيا ۾ قالو پيو آهي. جڏهن مٿي نون دروازن کان مٿي جڙهي پاڻ کي شريرم ۽ اندرين جي بندهن کان آزاد ڪندو، تڏهن ئي دنيا جي بندهن کان ڇٽندو. اهو تڏهن ٿيندو جڏهن ماٿرو پوري طرح سڄو شرير خالي ڪري پنهنجو سڄو ڏيان اکين جي مرڪز تي اڪاگر ڪندو.

شبد جو مارگ سڀ کان مٿي، پورن ۽ مڪمل آهي ۽ جو منش جي اندر موجود آهي. انهيءَ جي پٺڀ ۾ بنا سڀ سالڪن اڻ پورا آهن. انهيءَ ڪري اسانجو اهو فرض آهي ته اهو رستو پڪڙيءَ ۽ سچيءَ دل سان طئه ڪريون.

٢٢- ڪنهن به قسم جو زور، زبردستي ۽ ڏاڍائي ڪرڻ غلط ڳالهه آهي. سامت مت پيار ۽ همدرديءَ تي بدل آهي. پيار سان سڌڀاڻي سگهجي ٿو. پر زبردستي ڪڏهن به نه ڪجي. سوامي جن فرمائن ٿا ته جن ماڻهن سڪيائن کي سڌڻي

...س انهن کي ڏئي ٿو. مالڪ جي جنهن تي مهر ٿي ٿئي
...ي ڪي ٿي هو بخشي ٿو يا ڏئي ٿو، اهو به برابر سچ آهي
نماڻائي ۽ نهٺائي سچي وڏائي يا بلنديءَ جي نشاني آهي.
...وٽي) آهي ته، "ميويدار وڻ هيٺ جهڪيل هوندو آهي."
...عالمائن جو به اهو حال آهي.
...مو ڪايل پتا مون پڙهيا آهن.
...لوهان جا جتي سان گڏ ... پوءِ پلي توهين ڪاڏي ڪانسواءِ
جيڪڏهن توهانجي مرضي هجي ته ... ڪاڏي جي طاقت
طاقت لاءِ ڪي شيون ڪتب آڻيو. سائنس جي ڪاڏي جي ... ڪاميابيءَ هوندي به جڏهن
جي باري ۾ عجيب ڪوڙنائن هجي ... ۽ سڀ خبر پئجي وئي آهي
اسين سمجهون ٿا ته هاڻي اسانکي ... ظاهر ٿيو پون.
ته به انهي وقت نيون اڻ ڄاتل ڳالهيون نڪري ... ڏانهن موت ڪانو ته پئي
هڪ پاسي اسين چئون ٿا ته قدرت ... جا جزا الڳ ڪري
پاسي وري سائنس دان ڪاڏي جي طاقت ... قدرت کان ٻاري ٿا
پنهنجون هٿرادو شيون ٺاهي اسانکي ... جتي اڻ ڄاڻائي هڪ
ڪن. ڪنهن سياڻي چورچون آهي" ...
نعمت آهي اتي سياڻپ ڪرڻ بي عقلي آهي."
گذريل سال جون وڻندڙ ۽ اڻ وڻندڙ
۲۰ - سنو تيندو جي ... سنساري پدارٿن جي
اسان ستسنگين کي ... دل ۾ وهارڻ
يادگيريون ۽ افسوس، جو خيال ڪيءَ طرح ... آزادي
بي وفائيءَ ۽ ... ناشونت شين کان متي چڙهڻ جي
۽ اسانکي سنسار جي ... اوچائي ٿائين پهچائين،
ڪي ڪوکري انهيءَ نام جي ... پوءِ به هوندو.
نام يا شبد اڳ هو، هينئر به آهي ۽ اهڙا سچو آنند
۽ آتما نيارا نيارا شبد جو انش آهي ... انهيءَ ۾ جنهن
ماڻيندي جڏهن هو نام جي ... سگهيا ڏيل آهي، ...
تيندا ۽ لوهان کي انهيءَ راز جي ... سگهي اورڙو انهيءَ رستي
... هگائيءَ ته جيترو تي ...

جو انهو حاصل ڪيو آهي ... [illegible]
[illegible] منهنجي اهائي مرضي آهي ته لوڪن پنهنجي الله سڳوري جي لوري، سروپ کي ڏسڻ ۽ لوڪن کي پنهنجي آزمودي مان سنتن جي سڪار ابل سچائي جي خاطري ٿئي. اها هڪ وڏي شيوا آهي جا هڪ ستسنگي پنهنجي گوروءَ جي ڪري سگهي ٿو. انهن جهڙي شيوائون لئي، من ۽ ڌن جون آهن، سي هن راهه شيوا کي حاصل ڪرڻ لاءِ آهن ۽ آسانيءَ سان الهيءَ ذاتهن وٽي وڃن ٿيون. هي توهان جي سوال جو مختصر جواب آهي.

۱۷- سنت پنهنجي شرير جا ۽ روزانا دليري ڪم، پنهنجي قهلل روحانيت سان ڪن ٿا، ۽ سنڌين آلما منهن مثلان الهي وسي ٿي ۽ الي ڪم پنهنجي ڪري.

۱۸- جنهن شب سڳوروءَ مان شش لاءِ پالو آهي، تنهن لاءِ هن کي ادب ۽ پيار هئڻ گهرجي ۽ هنجي ڀالي ماطاهو ڪرڻ ۾ فخر هئڻ گهرجي. ڪرلت صاحب جي سکيائن موجب پنهنجي سڳوروءَ جو نالو لڪائڻ هڪ پاپ آهي. ڀالي اڪالٹا ۽ هجو اصلي پاو اهو رهي ٿو ته مان جي ناموسي ۽ گهٽتائي آندي. آدرش ۽ عملي حالت هاڻ جي بجاءِ ان کي پرپوت ۽ سکيائون ڏيڻ سولو ڪم آهي. سنتن جي سکيائن تي هلڻ ڪو سرار ڪم نه آهي. انهيءَ ڪري ٿي گدرهل سنتن جي سکيائن کي ماڻهو سنڌ ... دالهوءَ انهن سکيائن جو اپٽو سچو ۽ اڻ پورو مطلب ٿا ڪڍن. انهن سکيائن تي هلڻ بدران سنڌ ن پولٽيڪ سکيائن تي ... ڪي، سڀئي لام رگڙا ۽ جهڳڙا ٿا ... لنهن ... آهي ۽ جو اهو مطلب ... آهي ... ڌرمي ... جي پوري ۽ طرح عزيز ...

... آهي ... ني واري آهي ۽ جنهن کي

...د اندر ونڪنت ۾ ساڙين ۾ وڃن ٿيون. اهڙي نموني ڀرلوڻ
تمائون موت ڪاڻپوءِ پنهنجن برن ڪرمن جي سزا ڀوڳڻ لاءِ
ديٺئين ڏاس ۾، جنن ۽ ڀوتن جي شرارتن ۾ ڏک، ٿيون ڏسن.
اهي ٻئي حالتون هن دنيا ۾ موت ڪاڻپوءِ اڪدم ٿيون ٿين.

۱۵- هنن ڳالهين ۾ هڪ مکيه ڪارڻ جنهن جي رواجيءَ
طرح ڪيترن کي سڌ ڪانهي سو آهي، جيون جا اڳين ڪرمن
جا اثر ۽ اڳيون ڪاميابيون. سنن ۽ اڌني ڪيل ماڻهن جا ڏک
۽ تڪليفون سمجهڻ ناممڪن ڳالهه نه آهي. برابر هو هن جنم
۾ نيڪ رهيا آهن ۽ هنن ڪوڙ اهڙو ڪرم نه ڪيو آهي جو هو
اهڙا ڏک، ڏسن. پر اهي سڀ ڳالهيون اڳين ڪرمن جو نتيجو
آهن جن جي هنن کي خبر ئي ڪانهي. جيڪي اندر وڃن ٿا،
سي ئي هن ڳالهه کي ڄاڻن ٿا. ٻي وري هيءَ ڳالهه آهي ته
اسانجي هاڻوڪي حياتيءَ جو، اسانجي ڄمڻ کان اڳ ئي فيصلو
ڪيو تو وڃي. سڀني کي ضرور پنهنجن چڱن ۽ برن ڪرمن
جو حساب ڀوڳڻو ٿو پوي. جيڪڏهن اُنهن جا سٺا ۽ سرنشت
ڪرم آهن ته پوءِ ڪنهن سوکيه ڏاس ۾ هو اُنهن جو سٺو ڦل
ڀوڳين ٿا ۽ جن جا برا ڪرم آهن ته پوءِ اُهي انسان جي
اڻ سڌرئل، جهنگلي ته ڪرئل جونيين ۾ موڪليا وڃن ٿا.
سنت مت اسانکي اِئين نه ٿو سيکاري ته دنيا ڇڏي ڏيو،
پر چوي ٿو ته دنيا کان مٿي چڙهو. ظاهري طور ڀلي دنيا ۾
ورتجي پر اندران اُنهيءَ کان نيارو رهڻ گهرجي.

۱۶- چنيءَ ۾ لوهانجي ڀريا پڳهي ۽ سنت مت ۾ رچي
بابت پڙهي خوشي ٿي. نه رڳو سنت ستگورو شبد ۾ سماڻا
آهن پر سڀ جيو به شبد سان جڙيا پيا آهن. فرق رڳو اهو آهي
ته سنت پنهنجي اندر ۾ سچ جو انڀو ڪري شبد سان ۽
... سان هو هڪ ٿي ويا آهن پر ٻين منش ايا ان سچا...

انهن (اوتارن) کان ڇڙائڻ لاءِ نه هن جو حڪم پورن پرش جو حڪم آهي.

ماڻهن کي گمراهه ڪرڻ ۽ انهن کي ڪرمن جي مولجهاري ۾ ڦاسائڻ لاءِ، ماس کائڻ ۽ نشيدار شيون شراب وغيره جي ورتائڻ کي جائز ٺهرائي ۽ ڪرامتن رستي ماڻهن کي لڳڙو پاڻ ۾ ويساهه ٺو ڏياري. انهيءَ ڪري ئي پيغمبر ۽ برهم جا اوتار شراب پيئڻ کي اهڙو برو نٿا سمجهن ۽ اهڙين شين جي ورتائڻ کي جائز ٿا سڏين.

برهم جي پيغمبرن ۽ اوتارن جو اهو ڪم آهي ته هو ڏسن ته برهم جي سرشٽي قائم رهي ۽ سڀ آتمائون انهيءَ جي اندر رهن ۽ ڪو به انهيءَ کي ڇڏي، برهم کان مٿي سچين روحاني ديس ۾ نه وڃي. ٻئي پاسي وري سنتن جو اهو ڪم آهي ته هو جيون کي برهم جي قيد مان آزاد ڪرائي پنهنجي اصلي دائمي آنند جي ديس ڏانهن وٺي وڃن. سنت شراب ماس جي بلڪل منع ڪندا آهن ۽ ڪرامتن کي پڻ ڪين ڪمائيندا آهن. ڇاڪاڻ ته اهي ڳالهيون قدرتي قانون جي برخلاف آهن. اهي ئي ڳالهيون برهم جي حد پار ڪرڻ ۾ وڏيون رڪاوٽون آهن.

١٤- رواجي طرح هر ڪنهن جو ڪي، موت کانپوءِ پنهنجي ڪرمن جي حساب ڏيڻ لاءِ ڌرمراءِ جي دربار ۾ وٺي ٿا وڃن. ڪرائيسٽ فرمائي ٿو ته ماڻهوءَ کي پائيءَ پائيءَ جو حساب ڏيڻو ٿو پوي. ڪن حالتن ۾ دنيا ۾ موت ۽ ڌرمراءِ وٽ حاضريءَ جي وچ ڪجهه وقت جي وڇوٽي ٿي رهي. اهو انهيءَ ڪري ٿو ٿئي جو ڪي صاف ۽ سٺيون آتمائون، موت کان پوءِ ۽ ڌرمراءِ وٽ ڪرمن موجب حساب ڏيڻ کان اڳ پترلس، پنهنجن سٺن ڪرمن جي ڦل ڀوڳڻ لاءِ، برهم جي

انهيءَ

... آنند تو ڏني. انهيءَ
... پٽي تو جيڪي هنڪي روحاني آنند تو ڏني. انهيءَ
... اندر ۾ پٽي تو جيڪي هنڪي ... ۽ بي معنيٰ
... ۾ دنيا جون خوشيون ۽ مزا بالڪل ڦڪا ۽ بي معنيٰ
...سي پيٽ ۾ دنيا جون خوشيون ۽ مزا ... رهي ڪم ڪارن
... آهن جي هنڪي ليتا ڇڪين. هو دنيا ۾ نيارو رهي ڪم ڪارن
... ڪري تو پر انهن ۾ آڪي نٿو.
... پستڪ پڙهڻ چڱا آهن. پاسي انهن جي پڙهڻ جو آنند
... ولو ۽ اندرين تجربن جي تصديق ڪرائو، پر آهي توهان
ڪي آندر واري وچڻ ۾ مدد ڪين ڪندا.

... ڪيتائي ڌرم، برهم ڪي سڀ کان اوچو روحاني
... ۱۳ ... ڪيترائي ... آپانيندڙ ڪري ٿا سمجهن. انهن
... منڊل ۽ انهي ڪي سڀ جو ... آهي. برهم سڀ ۽ رچنا
جي اها چان بين آپوري ۽ محدود آهي. برهم سڀ ۽ رچنا ... ڪرمت رچيو
چوا پيدا ڪندڙ آهي. هنجي رچنا ۽ ڪرمت ... سگهي
بي ۽ منزل تائين آهي ۽ هو نڪي آلما ڪي پيدا ڪري سگهي
تو ۽ نڪي نياس ڪري سگهي ٿو. هو ايترو ئي ڪري
سگهي ٿو ته آلمائن ڪي استول ۽ سوڪشم ۽ ڪارڻ شريرن ۾
ٻيڻ ڪري ڇڏي ڪين جي ڪرڻ سان هو آلما ڪي پنهنجي اصلي
ڌام تائين پهچڻ نٿو ڏئي. هنجي حڪومت جو سڌانت آهي
ڪرمن موجب جونيون ڏيڻ. هنجي راج جا نيم آهن جهڙو
مرڻ ۽ دولت جهڙوڪ چڱو برو، خوشي رنج، ڪاو
ڪميا وغيره.

دنيا ۾ گهڻي قدر ڌرم ۽ مذهب انهي برهم تي ...
آهن ۽ انهن مذهبن جو مطلب، سرشٽي ۾ انتظام رکڻ جو
آهي. برهم جي مرضي نه آهي ته ڪنهن به آلما ڪي ...
ديش کان ڪا ٻين ديش ڏي جاڻ ڏئي. مذهبي ڪتابن
پيغمبرن ۽ اوتارن ذريعي، هو برهم ڪي سڀ کان مٿي
ديش ۽ سيني ... ڪرتا ڌرتا ڪري ظاهر تو ڪري

١١- پرمالما ۽ سچي هنجي اُستول ۾ سوکيم ۽ روحاني زنجل اساجي اندر آهي - جنهن اساجي آتما مٿي چڙهندي ويندي تيئن اهي ڳالهيون چٽيون ۽ وڌيڪ صاف ٿينديون وينديون ۽ سوالن جا جواب اندران ايندا ويندا. هيءَ دنيا مٿين ۽ سوکيم دنيا جو پاڇو يا نقشو آهي. جيڪي سوکيم دنيا ۾ وهن ٿا تن کي ڪجهه طرح هن دنيا جي اصل حقيقت جي خبر پوي ٿي.

شست منٽ کنهن کي اند وشواس نه ٿو ڏئي پر جڳياسو ۽ کي آتم گيان ۽ آتم ساڌنا ذريعي آزاد ٿو ڪري.

جيڪي اندر وچن تا تن لاءِ اهي رواجي ڳالهيون آهن پر جيڪي نه اندر ڏسي يا پڙهي سگهن ٿا سي نڪ ۽ ٻاهر نه ڪڍي آهي ۽ تن کي ڪجهه پڌائڻو ئي آهي. انهن ڳالهين جو انهن ماڻهن کي ڪوبه قدر ڪونه هوندو آهي ۽ انهن جي پڌائڻ ڪري نقصان رسندو. شاگرد ۾ رهڻ هڪ ستو ڳڻ آهي.

١٢- ستسنگي ۽ کي دنيا جي خوشين ۽ مزن ڏانهن ڊوڙڻ نه گهرجي. انهن کان جترو ٿي سگهي اوترو دور رهڻ گهرجي. بيمار جڏهن دوا ٿو ڪري ته پوءِ هنکي ڊاڪٽر جي چوڻ موجب کاڌي وغيره جي پرهيز يا ڪرڻي ڪرڻي آهي. اهڙي طرح ستسنگي ۽ کي انهن ڳالهين کان هٽڻ ۽ انهن جي هلڻ گهرجي.

شروعات ۾ ستسنگي کي دنيا جي مزن ۽ بيماري ۽ پيدا ڪرڻ جي ڪوشش ڪري ٿو. روح هو رڳو ضروري ڳالهين ڏانهن ڌيان ٿو ڏئي ۽ پوءِ جڏهن ڳالهين ڪي ڇڏي ٿو ڏئي پوءِ هو روحاني ترقي ۽ جي ان ڏاڪي تي پهچي ٿو جتي هر ٻيو پاڻ

ساري ڳالهين ۾ اونهو نه وڃڻ گهرجي ته مٿان اها ڳالهه هنجي
ن سمرن ۽ خيال ۾ ڪا رڪاوٽ وجهي.

۱۰- منهنجي اها مرضي آهي ته توهين روحاني سفر ۾
وڌيڪ ترقي ڪريو. من کي وڌيڪ ايڪاگر ڪريو ۽ پنهنجيءَ
سرت کي نون دوارن مان ڪڍي شرير کي خالي ڪريو، اُتان
سوڪيم دشن ڏانهن رستو آهي. ستگوروءَ جي نوراني سروپ
جو درشن نون دوارن کي طئه ڪرڻ سان ٿئي ٿو. هو اٿي توهان
سان ڳالهائيندو ۽ توهان جي سيني سوالن جا جواب ڏيندو.
توهان لکو ٿا توهين ستگوروءَ سان گڏ رهيل جنم ۾ اندر ڳڏيا
هئا، پر اهو ظاهر آهي ته توهين انهيءَ وقت اڃا مٿين منڊلن
تي نه پهتل هئا ۽ نه توهان کي هن دنيا ۾ وري جنم وٺي
دک ڏسڻ جو ڪو به ضرور ٿئي نه ها! منهنجي اِڇا آهي ته
توهين جيترو ٿي سگهي اوترو ڪوشش ڪري روحاني منڊلن
تي هن حياتيءَ ۾ پهچو، ته پوءِ توهان کي وري جنم نه ڏيو
پوي. جيترو ٿي سگهي اوترو روحاني سادنا کي وقت ڏيو.
توهان جي روحاني ترقي توهان جي گذاري ويل ماءُ کي به
مدد ڪندي.

هن دنيا ۾ سچا کوجي تمام تورا آهن ۽ انهن کان به ڪ
جزوي آهي آهن جي روحاني فرض لاءِ مقرر ٿيل پابند
موجب هلن ٿا. تنهن ڪري توهان جو مکيه اُديش روحاني
ترقي هئڻ گهرجي. روزاني مقرر ٿيل وقت ڪانسواءِ به والدڪا
جو سڄو وقت ۽ خيال انهيءَ ڏس ۾ ڏيڻ گهرجي. جيڪڏهن تو
مدد ڏيڻ ۾ پنهنجو گهڻو وقت لاءِ وڃائجي. آهي ته پوءِ ه
ڏسو ته ڪنهن کي سنت مت ۾ شوق آهي ته پوءِ وڌيڪ هن کي
ڪتاب پڙهڻ لاءِ ڏيئي سگهو ٿا
کان لکي پڇي.
۲ هو مون

لڳيندي هو مختلف روپ ٿو ولي. شبد مارگ پورڻ يعني مڪمل رستو آهي مگر ٻيا رستا جهڙوڪ پراڻايام، مُدرا وغيره پورڻ يا مڪمل نه آهن.

موت ڪالپوه هن رستي تان اسانکي وڃڻو آهي. سو جي جيڪڏهن اسين ڪرڻ لڳون ته پوءِ موت جو خوف اسان مان نڪري ويندو. منش جي حياتيءَ جو اهو مقصد آهي ته اسين ٻنهي آتما کي اُنهي هند ولي وڃون جتان هوءِ شروع ۾ هيٺ لٿي هئي. اهڙي طرح ئي آتما جو چوراسي لک جونين مان ڇوٽڪارو ٿئي ٿو.

۹. جيئن جيئن توهين پنهنجي سمرن ڪندا ويندا، تيئن تيئن شانتي ۽ آنند محسوس ڪندا ويندا. اهو نام ۽ پرڀو سان ڪرڻ گهرجي. اها شانتي تڏهن ايندي، جڏهن توهين ڪافي وقت شبد جي ڪمائي ڪرڻ ۾ ڏيندا. انهن جنمن جي سبب ۾ ڪي ماڻهو سولائيءَ سان شبد ٻڌندا آهن، پر فقط رڳو شبد ٻڌڻ ڪافي نه آهي. توهان کي انهي ۾ اندر لين ٿيڻ گهرجي. ستگوروءَ لاءِ پيار ۽ نام جو سمرڻ توهان کي انهي ۾ مدد ڪندا. نام ۾ شڪتي، خوشي ۽ آنند آهي. ستگوروءَ جو اصلي سروپ شبد آهي. اهو شبد ئي آهي جنهن جي اسين ڳولا ۾ آهيون.

سچي ۽ اصلي لاڀڪاري شيوا جيڪا شش ڪي مدد ٿي ڪري، اها سرت شبد جي شيوا آهي. ٻين کي مدد ڪرڻ هڪ سني ڳالهه آهي پر سچي ۽ الراتني شيوا آهي انهن کي پرمارٿ ۾ مدد ڪرڻ. پهرين ساڌڪ پاڻ انهيءَ مدد ڪرڻ جي لائق ٿيڻ گهرجي يعني هن پاڻ خوب ٻاڌ لا ڪئي هجي.

توهين ڪهين ۾ ڪابه رڪاوٽ نه اچڻ ڏيو. منش کي

جيستائين خيال کي شرير جي هيٺين ڀاڱي مان ڪڍي، اکين جي مرڪز ۾ ايڪاگر نه ڪبو ايستائين گهٽ جو آواز آتما کي مٿي هرگز ڪين ڇڪيندو.

٨- سنت مارگ قدرتي آهي ۽ انسان جو ٺاهيل نه آهي. سڄي سرشٽي يعني عالم ڪبير، انسان جي شرير يعني عالم صغير جي اندر آهي. عالم ڪبير (وراٽ سرشٽي) جي ڄاڻ، فقط انسان جي شرير اندران يعني عالم صغير مان ٿئي ٿي. ڪرائيسٽ منش سرير کي "Temple of living God" يعني زنده پرماتما جو مندر انهيءَ ڪري ئي سڏيو آهي. هن رچنا جو خود مالڪ يا خلقيندڙ منش جي اندر رهي ٿو ۽ انهيءَ ئي مندر اندر ملي سگهندو. انهيءَ جو نتيجو اهو آهي ته روحاني سفر، مادي دنيا کان وٺي نج سچ لوڪ تائين، منش جي سرير اندر آهي. اهو سفر پيرن جي آڱرين کان شروع ٿئي ٿو ۽ مٿي جي چوٽيءَ تائين وڃي ٿو.

اهو سفر ٻن ڀاڱن ۾ ورهايل آهي. پهريون ڀاڱو پيرن کان وٺي اکين جي مرڪز يعني ٽيسري تل تائين آهي. اهو سفر آهي من کي ايڪاگر ڪرڻ ۽ ٻن اکين جي وچ ۾ ڌيان جمائڻ. ائين ڪرڻ سان خيال جون ڌارائون شرير جي هيٺين حصي مان نڪري اکين جي مرڪز تي اچي ٿيون. انهيءَ سفر جو ٻيو ڀاڱو اکين جي مرڪز کان وٺي مٿي جي چوٽيءَ تائين آهي. هتي ايڪاگر ٿيل آتما شبد کي پڪڙي ٿي جو شبد مٿي جي چوٽيءَ کان اکين جي مرڪز تائين اچي ٿو. شبد ئي آهستي آهستي آتما کي اکين جي مرڪز تان کڻي مٿي جي چوٽيءَ تائين پهچائي ٿو.

هن سفر جي دوران ۾ اسانکي پنجن وڏن منڊلن مان لنگهڻو ٿو پوي. شبد جو آواز هڪ ئي آهي پر جدا جدا ديسن مان

منڊلن ۾ ڪٺي وجهڻ. پر شبد اسانجي آتما کي مٽي ڪٺي نٿو سگهي جيستائين اسانجي سرت سڄي بدن مان نڪري، اکين جي مرڪز ۾ ڪٺي نه ٿي ٿئي. جهڙيءَ طرح تمام سڄي ڪڙيءَ جو نڪر، جو ڪنڊن جي اوني ۾ قائل هجي، تنهن کي جيڪڏهن زور سان ڇڪبو ۽ آهستي آهستي ڪنڊن مان ڇڏائڻ کانسواءِ ٻاهر ڪڍبو، ته اهو ٽڪرن ٿي پوندو. اهڙيءَ طرح جيستائين شبد شريرجي ضرورتن جو ڪي ۽ دوم ۾ موجود آهي ليستائين اهو شبد آتما کي مٽي نه ڇڪبندو ۽ هيٺوڻيڪ انهي جي گرواج ڪٺي ٻڌڻ ۾ نه اچي.

لهڪري چڙهائيءَ جو پهريون ڏاڪو اهو آهي ته پهنجي سرت يا ڌيان جي ڌارائن کي شرير مان ڪڍي، انهي هند ڪانس آڻجي، جتان اهو آواز آتما کي مٽي ڪٺي سگهي. اهو تڏهن ٿيندو جڏهن، خيال اکين جي مرڪز تي اڪاگر ٿيندو ۽ من هيڏانهن هوڏانهن نه ڊوڙندو. خيال کي ٻن اکين جي وچ ۾ آڻي ٻهارڻ يا اڪاگر ڪرڻ جا جدا جدا نمونا آهن. پر سيني ڪان سادو ۽ سولو نمونو هڪڙو سنتن مقرر ڪيو آهي، سو اکين جي وچ ڌيان جمائي، نام جي سمرڻ جو آهي. حقيقت ۾ اهو مت ئي آهي جو سمرڻ ٿو ڪري.

من کي وس ڪرڻ ۽ انهي کي اڪاگر ڪرڻ جا سولي ڳالهه ڪانهي. انهيءَ ۾ ورهيه لڳيو وڃن. جڏهن ڌيان پوريءَ طرح جمي ۽ من جون ڌارائون بدن جي هيٺئين حصن مان نڪري، اکين جي مرڪز تي گڏ ٿين، تڏهن ڌيان جي مدد سان، سرت کي اتي جمائڻو آهي. ڌيان ستگوروءَ جي نوري سروپ جو ڪرڻ گهرجي.

٧ - خيال جي ڌارائن کي ٻن اکين جي وچ، شو نيتر ۾ گڏ ڪرڻو آهي جو رواجي طرح خيال جو مرڪز آهي.

...اُنهن جي دوائون جي اهڙيون پيون ۽ نهن تنا عرق مان ...
...م مان تيون نهن، تن استعمال نه ڪرڻ گهرجي.
٥- انسان اشرف المخلوقات آهي يعني سيني جيون ۾ سرشٽ
...سي. انسان جي اندر سرشٽيءَ جي پيدا ڪي ڪولڻ جي ڪنجي
...هي ۽ انهي دامي ۾ هو ڪرتا پرک سان ملي سگهي ٿو.
...نام پائڻ واري جيو کي اها جون ملي ٿي.
پر انسان جيڏو سرشٽ آهي، اولڙيون هنجون جوابداريون
۾ وڏيون آهن. هو ترقيءَ جي ڏاڪڻ جي مٿين ڏاکي تي
پهتو آهي، تنهنڪري هينئر نام جي ڏور پڪڙي روحانيت
جو مارگ طئه ڪرڻ کپي جو آخر هنکي سچکند پهچائيندو
جتان هو هتي آيو آهي. جيڪڏهن منش انهيءَ ڪم ۾ ڪامياب
نه ٿيو ته پوءِ پنهنجن اچائن ۽ ڪرمن موجب هيٺ ڪري،
چوراسي لک جونين ۾ پيو ڦرندو.
انسان جي شرير ۾ اکين جي مرڪز وٽ هڪ رستو پورو
ٿو ٿئي ۽ انسان پيو شروع ٿو ٿئي. هو انسان مٿي به وڃي
سگهي ٿو ۽ هيٺ به ڪري سگهي ٿو.
اهوئي سنيهو سيني سنتن پنهنجي پنهنجي وقت ۾ دنيا کي
ڏنو آهي. اسانجي پيارو ستگورو بابا ساوڻ سنگهه جي مهاراج
جن جي ياد گيريءَ ۾ اڄ اسين هتي گڏ ٿيا آهيون، تن
انهي سچائيءَ جو پنجيتاليهه سال پرچار ڪيو. جن هنن ...
سکيا سوڪار ڪئي تن کي هنن مدد ڏني ۽ هو اڄا اسانکي ...
ڪري رهيا آهن. اسانجي ستگوروءَ جي انهيءَ سنيهي ...
توهانجو ڌيان ڇڪائڻ مناسب سمجهيان ٿو.
٦- روحانيت جي ساڌنا ۾ پهريون ڏاڪو آهي شبد
... طرح سمجهڻ. شبد جو ڪارڻ آهي آتما کي اندر ...

انهيءَ کان اڳ ۾ ڀڄي سگهجي ٿو، پر تنهن وقت اهو شبد
هلڪي نه ڇڪيندو، ڇاڪاڻ ته اجا هنجي سرت شرير ۾ ڦاٿل
پيئي آهي. من کي شبد اهڙو ته مٺو ۽ موهيندڙ ٿو لڳي جو
اهو پوءِ ٻين پوڄن ۽ مڙن پٺيان نٿو ڊوڙي. جيئن انهيءَ
حالت کي پهچجي تيئن من کي سمجهائجي، سمرڻ جي وقت
کي وڌائيندو وڃجي ۽ ٻاڻ کي جيترو ٿي سگهي اوترو ٻاهرين
خوشين ۽ مڙن کان ڇني ٻري ڪجي. اندر وڃڻ لاءِ ٻاهريان
خيال ڇڏڻا پوندا.

ٻين مسئلن ۽ مشڪلاتن لئي ته سائين ڪولي فرض سمجهي
ڌيان ڏجي ۽ انهن کي پنهنجي عقل، آزمودي ۽ دوستن جي
صلاح سان ڪجي. تندرستيءَ جي باري ۾ ضرورت مهل ڊاڪٽر
سان صلاح ڪجي جيتوڻيڪ سڀ، صاف خوش مزاج ۽ قرب
ڀريل، ٻالمرادو سڀ تندرستي ۽ خوشي پيدا ٿي ڪري.

وشواس ۽ پيار سان ترقي ٿيندي، خاص ڪري جڏهن انهن کي
نباهيندي پڄن سمرن جو آڌار ٿو ملي. پنهنجو ڀڄن ۽ سمرن ٺيڪ
سان هر روز ڪندا رهو. ٿوهان کي ڪا ڏکيائي ٿئي ته ڏيري
۾ جڏهن چاهيو لڏهن انهيءَ لاءِ لکو.

۴- جڏهن ٽنا شڪتي ڪري سگهو سو ڪرڻو باقي ٻيو
پرميشور تي ڇڏيو. اسين ڪرمن جي جار ۾ اهڙو ته ڦاٿا پيا
آهيون ۽ اساڻجي اجا شڪتي ٻاهرين حالتن ۽ اندرين سنسڪارن
تي ايترو مدار ٿي رکي، جو انهي کي آزاد اجا مشڪل سان
ڇني سگهجي ٿو.

بيمارن جو علاج ڪرڻ ۽ انهن کي دک ۽ بيمارين کان
ڇڏائڻ ۾ ڪو ڊاڪٽر انهن جا ڪرم ٻاڻ ٿي نٿو ڪٽي. البت
۽ ٻيون اهڙي قسم جي سور هٽائڻ جون دوائون ڪو دک
جي وقت کي اڳتي لاءِ مهمل نه ٿيون ڪن. جيڪي جانورن جي

ن ياڳو الما ۽ من کي مٿين روحاني منڊلن سان ڳنڍڻ
آهي.

مٿيون سفر اکين جي مرڪزکان شروع ٿئي ٿو. اهو تڏهن
ٿئي جڏهن من ۽ آلما کي سمرن ذريعي شرير جي هيٺين
حصي مان سميٽي ڌيان کي اکين جي مرڪز تي جمائي ايڪاگر
ڪجي ٿو. سمرن جو مقصد آهي اها حالت حاصل ڪرڻ.
سمرن خود مقصد ناهي. پر سمرن اصلي مقصد کي حاصل
ڪرڻ جو طريقو يا رستو آهي. پنجن نامن جو سمرن، من ۽
آلما کي اُنهيءَ نقطي تي آڻي ٿو جتان روحاني مارگ شروع
ٿئي ٿو. جڏهن انهيءَ هنڌ تي پهچجي ٿو، تڏهن شبد جو آواز
مٿين منڊلن سان لاڳاپي جوڙڻ لاءِ، آلما کي مٿي جي چوٽيءَ
ڏانهن ڇڪي ٿو.

۳- توهان جو خط مونکي پهتل آهي ۽ توهان جي جذبن
لاءِ مونکي قدرشناسي آهي. مونکي اهو ٻڌي خوشي ٿي ٿئي
ته توهين اصلي مسئلي يعني من جي چالاڪين کي چڱيءَ طرح
سمجهي سگهو ٿا. اهائي ته مشڪلات يا مسئلو آهي. آلما نام
جو جزو آهي ۽ قدرتي انهي کي پنهنجي اصل نسل ڏانهن وڃڻ
جي ڪشش ٿيي ٿي. پر من جي اڇائن ۽ لالچن آلما کي هيٺ
روڪي رکيو آهي. جهڙيءَ طرح گئس سان ڀريل ڦوڪڻي
کي ڏاڍا ٻڌي هيٺ روڪي رکندا آهن.
ٻُڌيءَ جي وسيلي توهين من تي فتح ڪين پائي سگهندا
من شانت تڏهن ٿيندو جڏهن سمرن جي ذريعي پنهنجي خ
کي اندر سميٽي هڪ هنڌ جمائي، مٿي تي چاڙهجي. اهو سم
ٿي آهي جو اسانجي خيال جي ڌارائن کي، اکين جي مر
تي ڪٺو ٿو ڪري. جڏهن انهيءَ ايڪاگرتا جي حالت
پهچجي ٿو ته پوءِ ساڌڪ شبد سان جڙي سگهي ٿو. شبد

سردار بهادر جڳت سنگهه مهاراج جن جا جگياسن ۽ ستسنگين ڏانهن لکيل خطن جا چونڊ ٽڪرا.

سنه ١٩٤٨ع کان سنه ١٩٥١ع تائين

١- اسانجي پياري ستگورو حضور بابا ساون سنگهه جي مهاراج جن جي ٢ اپريل ١٩٤٨ع تي چولي ڇڏڻ جو توهان سڀني کي ڏاڍو ڏک ٿيو هوندو. انهيءَ ڪري ستسنگين کي وڏو ۽ بي حساب نقصان ٿيو آهي. سندن مٺو موهيندڙ ۽ دل ڇڪيندڙ روپ اسانجي اکين اڳيان هميشه ڪونهي. پر ستگورو ڪڏهن به مري نٿو. هنجو نوراني سروپ سدائين اسان جي اندر آهي. هو اوچن ديسن مان ڪم ڪري رهيا آهن ۽ پنهنجن ششن جي مدد ۽ سنڀال ڪري رهيا آهن. ششن کي سندن هدايتن جي سرجوشيءَ سان محنت ڪري پيروي ڪرڻ گهرجي ۽ پنهنجي اندر ۾ تي درشن ڪرڻ گهرجي. حضور مهاراج جن مونکي حڪم ڪيو آهي ته مان توهان جي شيوا ڪريان ۽ مان دل وجان سان سندن حڪم جي بجا آوري ڪندس.

٢- روحاني طور انسان جو جسم ٽن ڀاڱن ۾ ورهايل آهي. هڪڙو ڀاڱو پيرن جي ترين کان وٺي اکين تائين آهي ۽ ٻيو ڀاڱو اکين کان وٺي مٿي جي چوٽيءَ تائين آهي. هيٺون ڀاڱو اکين سميت هن اسٿول دنيا ۾ ڪم ڪرڻ لاءِ آهي. انهيءَ ڳالهه جي سڌ عام ماڻهوءَ کي به آهي. پر اها ڳالهه جنهن جي خبر گهٽن ئي ماڻهن کي ڪانهي، اها آهي ته شرير جو

٤٨- ڪام واسنا جي گراوٽ نهايت خطرناڪ آهي ۽ اها گندي واسنا ساڌڪ کي برهماند جي چوٽيءَ تان ڪيرائي هيٺ مايا جي ڪيچڙ ۾ آڻيو ڦاسائي. ڪام ۽ نام جو پاڻ ۾ ورود آهي ۽ ٻئي ساڳئي وقت هڪ هردي ۾ نواس نٿا ڪري سگهن.

٤٩- ڏک، بيماري ۽ تڪليف انسان جي هردي کي نرمل ڪن ٿيون ۽ پرماتما جي اوڏو آڻين ٿيون. ڪرشن ڀڳوان پاڻ وٽ ۾ اوڌو کي فرمايو آهي، "مان پنهنجي ڀڳتن کي ٽي سوغاتون ڏيندو آهيان. ١. غريبي ٢. بيماري ٣. اپمان." حضرت عيسيٰ به سچ چيو آهي ته سئيءَ جي ناڪي مان اٺ جو لنگهڻ آسان آهي پر جنهن امير کي پنهنجي ڌن دولت جو اهنڪار آهي، انجو مالڪ جي درگاهه ۾ پهچڻ محال آهي. ڪرشن ڀڳوان به اهو فرمايو آهي ته شرير جو موهه، اپمان ۽ بيماري پدارٿن جي چاهنا، مڪتيءَ جي مارگ ۾ مهان رڪاوٽون آهن

مان ٻڙائي ڪوئيہ نيند ڀر ناهين سونا،
تل پر ڪنٽ نہ مانس نهين عاشق ڪؤ رونا.
پلتو بڙي بيوقوف وي عاشق هوني جانهن،
سيس اُتاري هاٿ سي سهج عاشقي نانهن."

(عاشق ٿيڻ ڪو سولو ڪم ناهي جاڪاڻ ته پنهنجو سر ڪٽڻو ٿو پوي يعني اکين ننڊ ايئاس ڪري شهر خالي ڪرڻو ٿو پوي. هي نه جهڙي مڙڻ جو ڪم آهي. عاشق جي سيج سدائين سوريءَ تي رهي ٿي. هن راهه ۾ خودي ۽ اَهم ڪڍي پنهنجو رت ست ڏيڻو ٿو پوي. سچو عاشق سدائين اندر ئي پيو سڙندو ۽ ٻاهر ٻاڦ به نه ڪڍندو. جن عشق کي آسان ڪم سمجهيو آهي سي مورک آهن.)

۴۷- اسين دنيادار ڪيئن نه پنهنجي اَملهه زندگي الڏ ون جي پوڄن ۽ وشيه وڪارن ۾ وڃائي گنوائون ٿا! انهيءَ جو اهو ٿو نڪري ته اسان تي ناناپرڪارن جا دک، درد ۽ مصيبتون نازل ٿين ٿيون. دراصل، ڪو ورلو انساني جوليءَ جو قدر ۽ ملهه محسوس ٿو ڪري. چوراسي لک جونين ۾ ڀٽڪڻ کان پوءِ منش جولو ملي ٿو ۽ جيو ڪڙن پکين ۽ پسن جي جونين مان لنگهيندي به سدائين پيءُ، ماءُ، استري ۽ ڪٽنب سان موهه ڪندو رهيو آهي ۽ راڳ دويش، لوڀ لالچ ۽ ڪام ڪروڌ جون اوڪرون ڪاٽيندو رهيو آهي. انسان کي اشرف المخلوقات انهيءَ ڪري سڏيو ويو آهي ته انساني جوليءَ ۾ ئي هو پنهنجي آپالٽڪار جي کوج ڪري هڪ کي پائي سگهي ٿو. جيڪو انسان انهيءَ اوچي مقصد کي پائڻ لاءِ يتن نٿو ڪري سو پسوءَ سمان آهي. انهيءَ ڪري اسان کي جڳائي ته انهيءَ ناياب موقعي جو پورو پورو فائدو وٺون.

آهن. دنيادار سهر تماشن جا شائق ٿيندا آهن پر پرمارٿي تنتر سد ڪري پربوءِ جي ليلا پنهنجي من جي مندر ۾ ڏسڻ جا ڪانکي ٿيندا آهن، دنيادار ڌن دولت ۽ عيش آرام جا مشتاق ٿين ٿا مگر پرمارٿي غريبي ۽ ڏک ڏاکڙن ۾ خوش رهن ٿا. دنيادارن جي نظر صرف هن لوڪ تائين محدود رهي ٿي پر پرمارٿين جي نظر سدائين پرلوڪ ڏانهن رهي ٿي.

۴۳- ”پرماتما منش جي هرديه روپي مندر ۾ وسي ٿو جتي ڪنهن نه خاص قوم ۽ مذهب جو دخل نه آهي.“ اهو Motto (واڪيه) سينئ مندرن ۽ مسجدن جي دروازن تي لڳڻ گهرجي.

۴۴- ستسنگيءَ کي ستگورن جي نوراني سروپ جو پنهنجي اندر ڏهن روشن ٿيندو جڏهن هردي مان هر پرڪار جي اڀيا ۽ واشنا ڪڍندو.

۴۵- هڪ ودياشي ستسنگيءَ کي سمجهائيندي ستگورن فرمايو، ”سنت سنساري ڳالهين ۾ ڪرامتون ڏيکارڻ پسند ڪين ڪندا آهن. ڪمائيءَ وارو ستسنگي جي چاهي ته ڪنهنجو مرض ڇٽائي ڇڏي، انڌي کي اکيون ڏيئي ڇڏي يا مردي کي زندهه ڪري ڇڏي. پر ڪمائيءَ وارا ڪرشما نه ڏيکاريندا آهن ڇاڪاڻ ته اهو ٿيو مالڪ جي موج خلاف ورتڻ. پورن مهاتمائن کي پنهنجو ڪوبه سوارٿ نه آهي ڪو نه ۽ لکو مان وڏائيءَ جا بکيا آهن. هو سدائين خالق جي رضا ۾ راضي رهن ٿا. پوءِ هو ڪرامتون ڇو ڏيکارين؟ بابي اننل جي وارتا نه عام مشهور آهي. جڏهن اننل پنهنجي دوست موهن جي گهر ويو ته ڏٺائين ته موهن زمين تي ليٽيو پيو آهي ۽ سندس مٽ مائٽ پيا روئن. اننل پڇيو، ”موهن ڇو سمهي پيو آهي؟“ هن جيو ته موهن مري ويو آهي.

اُنھن کان خالي آھن ۽ سندن ھردا سنساري وشيہ وڪارن ڪام، ڪروڌ، لوڀ، موھ ۽ اھنڪار سان ڀريا پيا آھن. ياد رکو تہ ستگوروءَ کي ڪوبہ دوکو ڏيئي نٿو سگھي ڇاڪاڻ تہ ھو دلين جو مالڪ آھي. جيستائين ساڌڪ ڀرم ۽ شڪ اُنھن نہ ڇڏيندي تيستائين ستگورو بہ ڪجھ ڪين ڏيکاريندو.

۴۰- جيستائين ٻار پنھنجي گڏين ۽ رانديڪن سان رھندو پيو آھي تيستائين سندس ماءُ بہ بيفڪر آھي پر جڏھن سڀ رانديڪا اُڇلائي ماءُ ماءُ لاءِ روئي ٿو تہ پوءِ ماءُ کان بہ رھيو نٿو ٿئي ۽ ڊوڙي اچيو ھنج ۾ کڻيس. اھڙي طرح جڏھن اسين ٻين جي اوٽ ۽ آسرو رکون ٿا تہ پرماتما بہ نشچنت رھي ٿو ليڪن جڏھن سڀني طرفن کان نراس ۽ ناأميد ٿي، سڀ آسرا ڇڏي پربوءَ جي شرن وٺون ٿا تہ ھو بہ اچيو ھڪدم اسان جي سار لھي.

۴۱- ھڪ دفعي ستگورن فرمايو، "سمرن ڪرڻ ۾ ڪھڙي دقت آھي؟ من کي پڪڙيو تہ الھيءَ ۾ ڪو خرچ ٿو لڳي يا ڪو بوجھ ٿو ڀوڳڻو پوي؟ آرام سان آسڻ لڳائي نام جو پوري توجہ سان سمرن ڪندا رھو."

ھڪ ستسنگي:- "حضور، سمرن وقت من ڪئين قسمن جا فرنا پيدا ڪري ٿو."

مھاراج جي:- "ٺيڪ آھي. ڀلي پيا خيال ۽ فرنا اُٿن پر توھين پنھنجو سمرن ڪندا رھو. جيڪا بہ گھڙي پرماتما جي ياد ۾ گذارجي ٿي سائي ليکي ۾ لڳي ٿي. سار ڀڄن يا اُٺي ڪنھن سنت مت جي ڳالھيءَ مان بہ ڪي شبد پڙھي پوءِ ڀڄن ۾ وھڻ وڌيڪ لاڀدائڪ ٿيندو."

۴۲- سنساري جيون ۽ پربوءَ جي پيار جون راھون نياريون

ڪرڻ) ڪري اپياسيءَ جي روحاني ترقي مٺو پوئتي پئجي
ٿي وڃي.

۳٦- انساني زندگي هڪ ٻُڊٻُدي سمان آهي ۽ تنهنڪري
انهيءَ جي باري ۾ چنتا ڪرڻ فضول آهي. زندگيءَ جي آد
آهي هڪ ٻُڙبُد ۽ انت آهي رک جي ڍيري. ڇاڪاڻ ته هڪ
ڏينهن سڀني کي هلڻو آهي، انڪري مهاتمائن هن زندگيءَ کي
هڪ سپنو سڏيو آهي. انڪري سياڻو اهو آهي جو چنتائن
کي نظر انداز ڪري زندگيءَ جون چار گهڙيون ڪل خوشيءَ
۾ گذاري ٿو.

۳۷- هڪ ڀيري جوڳيءَ کي پنهنجي پٽيءَ جي مرڻ
ڪارڻ اهڙو ته ڀاري صدمو رسيو جو ستگورن کي عرض
ڪيائين، "سچا پاتشاهه، هن جيئڻ کان ته مرڻ بهتر آهي،
دل چاهي ٿي ته پاڻ کي خودڪشي ڪري ڇڏيان." ان تي
ستگورن فرمايو، "ڀلا ٻڌاءِ ته ائين ڪرڻ سان اهي ڪرم جن
جي ڪارڻ توکي هيءَ مصيبت سهڻي پيئي آهي، سي مٽجي
ويندا؟ ڪداچت نه. انهن ڪرمن جو بوجهه ته تنهنجي مٿان
پوءِ به رهندو بلڪ ان ۾ خودڪشيءَ جهڙي مها پاپ جو اضافو
به ٿيندو. انهيءَ ڪري چڱو نه مالڪ جو ڀاڻو مڃي انهن ڪرمن
جو هتي ئي حساب ڏئي پاڻ کي هلڪو ڪرين؟"

۳۸- اي سچڻ! جي پريتم جي نوراني سروپ جي درشن
جي پراپتيءَ لاءِ اڇا اٿيئي ته پنهنجي چت جي ورتي هر وقت
سندس چرنن ۾ لڳائي رک ۽ پوري شڪتيءَ سان من جو مقابلو
ڪري ڀڄن ڪر.

۳۹- عام ستسنگي اَرداسون ڪندا آهن ته، "حضور ڪجهه
اندر ڏيکاريو." اهي سڀ ويرٿ آهن ڇاڪاڻ ته ستگوروءَ
کي بخوبي ڄاڻ آهي ته اَرداسون صرف مٿاڇريون ۽ سچي

وڃڻي ڪئي، "حضور ڪجهه ڏينهن کان منهنجو من ڏايو وياڪل ٿو رهي." تنهن تي مهاراج جن ڪانئس ان جو سبب پڇيو. مائيءَ چيو، "حضور، منهنجو ڪڪو هوائي جهاز رستي سياٽي وڏيڪ پڙهائيءَ لاءِ يورپ ويٺو آهي." ستگورن مشڪيو ۽ فرمايو، "ڀلا توکي ڇا جي چنتا آهي. هوائي جهاز جي مسافريءَ جي، سندس پڙهائيءَ جي يا سياٽي ويٺو آهي انهيءَ جي؟"

مائيءَ ٻه ڪلي چيو، "سچي پاتشاهه! هوائي جهازن جي خطرن ڪي سوچي منهنجو من سست ٿيو وڃي."

مهاراج جي:- "خطرن بابت سوچڻ عيوض هوائي جهاز جي آرام، سهوليت ۽ وقت جي بچاءَ بابت ڇو ڪين ٿي سوچين؟ ائين ئي انسان فضول سوچي پاڻ لاءِ چنتائون پيدا ٿو ڪري. در اصل، ڏنو وڃي ته جن گهٽنائن بابت چنتا ۽ فڪر ٿا ڪريون سي ٩٩ سيڪڙو ته ڪڏهن ٿينديون ئي ڪونهن."

ستگورن وري شيڪسپيئر جي ڪوٽا مان حوالو ڏنو جنهنجو مطلب آهي ته ڪنهن مصيبت جي باري ۾ اڳڪٿي ڪرڻ يا سوچڻ مان جيڪا چنتا پيدا ٿئي ٿي سا انهيءَ مصيبت کان وڏيڪ دکدائي آهي. اها مصيبت اچي يا نه اچي تنهن جي ٻه نه پڪ ڪانهي.

٣٥- جيئن اُگنيءَ کي جاري رکڻ لاءِ وقت بوقت ڪاٺين يا ڪوئلن جي ضرورت پوي ٿي تيئن پرماتما جي درشن لاءِ برهه روپي اُگنيءَ کي جاري رکڻ لاءِ نت نيم پڇن سمرن ڪرڻ جي لوڙ آهي. انهيءَ ڪري هر روز پڇن سمرن نيم ۽ پريم نان ڪندا رهو. هڪ ڏينهن جي سستيءَ (پڇن نه

۽ اُرچيءَ الوسار سدائين پيا ڦرن. اهو اسانجو عام تجربو آهي ته 'ڪوبرِيءَ ڪوبريءَ مت نياري.' دنيا جي رهواسين جا ڪيترا خيال نه آمريڪن جا ۽ جوان جا ڪيترا نه ٻڍي جا پيا. هاڻي ڀلا ڇيڪا وسنو هميشه ٻئي بداجي ان لي ڪهڙو سروسو؟"

تنهن تي هن سنت سنگهه وري پڇيو، "حضور تڏهن پرماتما جي پراپتيءَ لاءِ ڪهڙي ڳالهه جي ضرورت آهي؟" مهاراج جن وراڻيو، "جڏهن اڀياسي نون دوارن کي خالي ڪري ۽ سنسار کان من موڙي مٿي چڙهي ٿو تڏهن ڏسون دوار (شونيتر) کان روحاني سفر شروع ڪري ٿو. اندرين روحاني منڊلن جي ليلا کي سمجهڻ عقل ۽ ٻڌيءَ جي دائري کان ٻي پري آهي. انهيءَ کي صرف آتما ڏسي ۽ سمجهي سگهي ٿي. آتما پرماتما جي انش آهي ۽ انهيءَ ڪري آلک ۽ اُگم پرماتما جو گيان پاڻ ان ۾ لين ٿي سگهي ٿي.

انهيءَ ڪري عقل ۽ چترائيءَ جو روحاني راهه ۾ ڪو به مهتو ڪونهي. ڪيترا دفعا اسين هن ماياوي سنسار جي مسئلن کي عقل ۽ ٻڌيءَ ذريعي سمجهي نه سگهندا آهيون. تڏهن ڀلا انهن اوچن روحاني منڊلن جي سمجهه ۽ سوجهي محدود عقل ۽ ٻڌيءَ دوارا ڪيئن ٿي سگهندي؟ مثال طور جي ڪو ننڍڙي ڪڪي پنهنجي ماءُ کان پڇي، "امان، مان ڪيئن جائس؟" هاڻي ماءُ کي نه جواب ڏي سگهي آهي پر جي ٻالڪيءَ کي ٿي سمجهاڻي نه هوءَ سمجهي نه سگهندي. تنهنڪري ڪڪيءَ جي عقل الوسار جواب ٿي "مون لوکي ڪهڙي مائيءَ کان نڪي ۾ خريد ڪيو."

٣٤- هڪ ستسنگهه جنهنجو پٽ ولايت وڌيڪ پڙهڻ لاءِ هوائي جهاز ۾ اتي ڏينهن وڃڻو هو تنهن ستگرو ن اڳيان اچي

”ڪن لڳي تندور جيئن ٻالڻ هڻ ٻلهن،
پڃري ٽڪان سر جلان جي مون پرين ملن.“

(منهنجو شرير ڄڻ ته ڪوري وانگر تتو پيو آهي ۽ هڏ ڄڻ ته ڪاٺين وانگر سڙن پيا. پرين ملڻ جي اڪيري ته پربل اڳيا منهنجي اندر آهي جي پير ٽڪجي پون ته به جيڪر سر جو سهارو وٺي ڪيس ملان.)

٣٢- هڪ دفعي ستسنگ ۾ هڪ آمريڪن ليڊيءَ ستگورن کان ڪرمن ۽ سنسڪارن جي وياکيا پڇي.

مهاراج جن فرمايو-

(١) ڪرم:- جيڪي به ڪارج جيو ڪري ٿو ۽ انهن جو جيڪو ڦل پوئي ٿو انهن کي گڏي ڪرم ڪوٺجي ٿو. اهو قدرت جو اٽل نيم آهي ته ڪو به پراڻي پنهنجي ڪيل ڪرمن جي اثر کان بچي نه سگهندو. انهيءَ ڪري چوندا آهن ته ”جيڪي پوکبو سو لڻبو.“

(٢) سنسڪارن جو مطلب آهي، جيو آتما جون اهي سوکيم اڳائون ۽ چاهنائون جيڪي ڪيئين جنمن کان جيو ۾ باقي رهجي ويئون آهن. اهي سنسڪار يا رغبتون هر هڪ جيو جي موجوده سياڻي تي گهڻو اثر وجهن ٿيون.

٣٣- ساڳي آميريڪن ليڊيءَ وري حضور جن کان پڇيو ”پرمارٿ ۾ عقل ۽ بدي جو ڪيترو استان آهي؟“ ستگورن ڪيس سمجهايو، ”غور سان ٻڌ. پرماتما انسان کي عقل انهيءَ لاءِ ڏنو ته هن سنسار ۾ سوچي سمجهي ڪار وهنوار ڪري ۽ انهيءَ مان حاصل ٿيل تجربي جو فائدو وٺي پنهنجي اُنتيءَ واسطي يتن ڪري. انهيءَ ڪري عقل ۽ بدي هن سنسار تائين محدود آهن ۽ نڪون دوارن کان مٿي انهن جي پهچ ڪانهي. عقل ۽ بديءَ ۾ اهو نقص آهي ته اهي سمي، حالت، رچي

هوس ۽ جڏهن دنيا ناس ٿيندي تڏهن به منهن جي هستي قائم هوندي.”

٣٠- ڪڏهن به اڻاولا ٿي نه ڳالهايو. سوچي سمجهي پوءِ زبان کوليو. جن ستسنگن کي ڀڄن ۾ ترقيءَ لاءِ لڳني آهي، انهن کي هر وقت زبان جي چوڪيداري ڪرڻ گهرجي. جي اهي نه ڪندا ته اوهان جي ڀڄن جو سائينءَ جي درٻار ۾ پورو قدر نه ٿيندو.

جيڪو پنهنجو قيمتي وقت ۽ شڪتي فضول ڳالهين ۾ وڃائي ٿو سو پرماتما جي دَيا جو پاتر نٿو ٿئي. انهيءَ ڪري ڳالهايو گهٽ ۽ سوچيو وڌيڪ.

٣١- ستسنگين جي عام طور اها ئي شڪايت هوندي آهي ته من کين ڀڄن ۾ ويهڻ نٿو ڏئي ۽ ڪئين ڀانا ڪري سندن سمرن ڀڄن ۾ ڀنگ ٿو وجهي. جيڪو ستسنگي پنهنجو لس ۽ من استر ۽ ايڪاگر ٿي نٿو ڪري سگهي انهيءَ جو ڪهڙو علاج آهي؟ ڀڄن وقت جڏهن چيتن ستا هٿن ۽ پيرن مان نڪري متي سميٽجي ٿي ته قدرتي ڪجهه بي آرامي ۽ درد محسوس ٿو ٿئي ۽ انهيءَ مثل ابڀاسيءَ جو من سندس آسڻ ۽ ڀڄن ڀڳاڙي ٿو ڇڏي.

ياد رکو ته بنا محنت جي مزوري ڪانه ملندي. انهيءَ ڪري عام چوندا آهن ته:-

”رنج بنا گنج ڪونهي.”

صرف ڪو سورمو، جو سر تريءَ تي رکي ڪال ۽ ڪرم جي قلعي کي ٽوڙڻ لاءِ ڪمر ڪشي ٿو بيهي سو ئي هن مارڳ ۾ ڪامياب ٿي سگهندو. عاشقن جا ڪلام پڙهي ڏسو. شيخ فريد پنهنجي حالت بيان ڪندي چوي ٿو:-

...ا جي ڪرڻسان ڇاڪاڻ تہ انهن ڪرڻ سان منهنجي شب
ڪرمن جو قتل ٿئي ٿو وڃڻ بدران گهٽ ۽ گهٽ منهنجي
...اتا کي ملندو."
وڏا مهاراج جن فرمائيندا هئا تہ نندڪ جا سڀ شب ڪرم
...انهيءَ جي حساب ۾ جمع ٿين ٿا جنهن جي هو گلا ڪري
...ٿو. اهڙي طرح چئجي ٿو تہ نندڪ مفت ۾ ٻين جا پاپ
ڌوئي ٿو.

۲۸- عام طور مائٽ ۽ ماستر ٻارن کي نيڪ اخلاق لاءِ
هدايت ڪندا آهن پر افسوس سان چوڻو ٿو پوي تہ نندي
هوندي کان ئي هنن کي روحاني خوراڪ نٿي ڏني وڃي.
پرماتما، جو سڀني ڳڻن جو ڀنڊار آهي، انهيءَ جي ٻاري ۾
جي ٻارن کي ڪجهہ سکيا نہ ڏني وڃي تہ اهڙي سکيا هميشه
اڌوري سمجهڻ کپي. جڏهن ٻالڪن جي سکيا ۾ انهيءَ مول
سڌانت کي نظر انداز ٿو ڪجي تڏهن تہ وڏي هوندي هنن جي
جيون ۾ ڪيئن مونجهارا ۽ مسئلا پيدا ٿين ٿا ۽ سندن اخلاق
۽ رهڻي ۾ گراوٽ اچيو وڃي. انهيءَ ڪري مائٽن ۽ استادن
جو اهو اُلم فرض آهي تہ ننڍيءَ نهيءَ کان ٻالڪن جي ڪچڙين
دلين ۾ پرماتما جي ڀڳتيءَ ۽ اوچ چرتر جون ڀاوناٿون پيدا
ڪن اڳتي هلي هو سگهن ۽ آدرشي جيون وتيت ڪري سگهن
جڏهن مان اچا پنجن سالن جو مس هوس تڏهن منهنجي ما
...ن کي "شري اوم نمو ڀڳوتي واسديواءِ" جو جاپ سيکار

۲۹- اسانجي هيءَ زندگي جيون جي امر ڌارا جو ص
هڪ حصو آهي. شرير ناسونت آهي پر آتما امر آهي ۽ ڏي
ڏيري موهہ ۽ مايا جي جار مان نڪري پنهنجي نج ڀنڊار
موٽي ٿي. دادو صاحب، راجستان جي مهان سنت جو
... "جڏهن دنيا جي رچنا ڪانہ ٿي هئي تڏهن

هڪ ٻي ھردي ۾ رھي لنا سگھن. جيئن رات ۽ ڏينهن ٻئي سائين وقت لنا ٿي سگھن.

ڪبير صاحب فرمائين ٿا:-

” جهان ڪام تهان نام نهين، جهان نام نهين ڪام، دونون ڪبهون نہ ملين، رو رجني اِڪ ٺام.“

ستسنگيءَ جي زندگي سنساري لوڪن لاءِ مثال ھئڻ کپي. سندس اکين مان ڪوملتا ۽ شرير جي روم روم مان روحاني سگند اچڻ کپي. انهيءَ ڪري وشه وڪارن ڪان ٻچو ۽ ڪام واسنا لوڪ ڪريو. پر اهو سڀ تڏهن ممڪن ٿيندو جڏهن لوھس پنهنجو خيال ٻنهي اکين جي وچ ۾ ٽڪائي پنهنجي اندر ۾ ٿيندڙ روحاني ايندڙ ڪنڊي تيسري تل ۾ اڪاگر ڪندا. ڪام جي گراوٽ ڪڏهن به انسان کي ٻيهر ترقي ڪرڻ نہ ڏيندي. ڪامي انسان جو نہ اندرين الپو نہ کلندو ۽ کو ڪس روشن نصيب ٿيندو.

٢٦- ستگروءَ جو اندرين نوراني سروپ اھڙو ئي سهڻو، سندر ۽ موھيندڙ آھي جو ڪو بہ سندر روپ ھن کي ڇهي نٿو ڀاسجي. انهيءَ ڪري سندس سڀ سنساري موھہ ۽ ممتا ختم ٿيو وڃي. انهيءَ نوراني درشن ڪرڻ لاءِ ستسنگيءَ جي من ۾ پرھہ ۽ محبت جا موج ھئڻ کپن ڇاڪاڻ تہ اھا پرھہ روپي اگني سيني وڪارن کي جلائي ڀسم ڪري ڇڏي ۽ صرف پريتم جي ياد رھجي وڃي.

٢٧- ڪڏهن بہ ڪنهن جي نندا نہ ڪريو. اهو مها پاپ آھي. اسان پاڻ ۾ تہ شايد ڪجھ سواد هجي پر مولڪي پڌائو نہ پن جي گلا ڪرڻ ۾ ڪهڙو سواد آھي؟ شيخ سعدي، شيراز جو مشهور مهاتما پنهنجي ڪلام ۾ چوي ٿو، ”جيڪڏهن مولڪي ڪنهن جي نندا ڪرڻي پوي تہ مان جيڪر پنهنجي

ساڌو سچي حياتي برسات جي اوڙڪن ۾، سانڍيندڙ گرمي لوڙي ڇيندڙ تڏهن ۾ آئي اُپي گذاري هئي تڏهن هن ساڌوءَ کي هڪ مڪان ٺهرائي ڏيڻ جي آڇ ڪئي. مهاتما ناڪار ڪئي ۽ چيائين تہ مڪان جي ضرورت اُپي ڪهڙي؟ اسان کي ڪو هن فاني دنيا ۾ سدائين ٿورو اُپي رهڻو آهي؟ تنهن تي سمراٽ سڪندر عرض ڪيو، "پلا ڀي ڪا شيوا ٻڌايو." مهاتما وراڻيو، "ڪرپا ڪري اهو خيال رکو جيئن توهانجو ڪو بہ ماڻهو مون وٽ نہ اچي." اِلياس ٻڌائي ٿو تہ جڏهن سڪندر واپس پنهنجي ملڪ ڏانهن موٽي رهيو هو تہ رستي ۾ سخت بيمار ٿي پيو. هن آخرين گهڙين ۾ پنهنجي حڪيمن کي چيو، "توهان مان جيڪو مونکي صرف ايترو وقت جيئرو رکي جو مان يونان پهچي پنهنجي ماتا جو درشن ڪري سگهان تہ مان انهيءَ کي اڌ بادشاهت ڏيندس." تنهن تي سيني حڪيمن جواب ڏنو، "اڌ راڄ تہ ڇا پر جي ساري سلطنت بہ ڪٽي ڏيو تہ بہ توهانجي زندگيءَ جو هڪ پساهہ بہ اسين وڌائي نٿا سگهون." بادشاهہ جي اکين مان لڙڪ وهي هليا ۽ ٿڌو ساهہ کڻي چيائين، "صد افسوس! جيڪڏهن مون کي اها سوجهي هجي ها تہ انساني چولي جو هڪ سواس بہ اهڙو اَملهہ آهي تہ مان انهن کي اجايـن ڪمن ۾ وڃائڻ نہ وڃايان ها." انهيءَ کانپوءِ هن وصيعت ڪئي تہ منهنجي جنازي جي کڻڻ وقت منهنجا ٻئي هٿ ڪفن کان ٻاهر رکيا وڃن ۽ هٿن جون ترريون پڻ کليل رکيون وڃن جيئن دنيا سبق سکي تہ ميان سڪندر جنهن ساري سنسار کي جيتڻ جي رٿ رٿي هئي سو بہ هن سنسار مان هٿين خالي هليو ويو."

٢٥- ستسنگيءَ جي جيون نهايت پاڪ ۽ پوتر هئڻ کپي چاڪاڻ تہ انهيءَ بنا روحاني ترقي ناممڪن آهي. نام ۽ ڪام

۲۲- جيڪو ساڌڪ همت ۽ حوصلو رکي جوانيءَ ۾ ليڪ پاڪ ۽ آدرشي زندگي وليت ڪري ٿو سو ديوتا سمان آهي.

۲۳- ڪنهن پريميءَ ستگورن کان پڇيو، "سچو گورو ڪنهن کي ٿو سڏجي ۽ هو ڪهڙو پر اپڪار ٿو ڪري؟" تنهن لي حضور جن فرمايو، "پورو گورو ڏسڻ ۾ انسان ٿيو اچي پر در اصل هو ڪل مالڪ آهي. سچکنڊ جو ابناسي مالڪ ستنام انساني چولو ڌاري هن سنسار ۾ پنهنجي پايل پتر (آتما) جنهنکي من ۽ مايا روپي نگ ڪئي ويا آهن، انهن کان ڇڏائڻ لاءِ اچي ٿو. هو انهن نگن جي وچ ۾ انهن وانگر اچي رهي ٿو. تنهن هوندي ۾ پت پنهنجي پرم پتا کي سڃاڻي نٿو. اتري قدر جو هنجي وڃن لي سـ ويساهه نٿو رکي. سخت مشڪلات ۽ ڪئين طريقن سان سمجهائي نجهائي هو انهيءَ گمراهه بالڪ کي واپس پنهنجي محل (سچکنڊ) ۾ وٺي اچي اکين سان ڏيکاريس ٿو ته هو سچ پچ هڪ شهنشاهه جو راجڪمار آهي. نگن جي الذهري ڪوٺڙيءَ مان ڪڍي گورو آتما کي انهيءَ عرشي محل ۾ وٺي ٿو اچي ۽ اٽل سنگهاسن تي وهاري اٽل راج ٿو ڏئي.

۲۴- سڪي اهو آهي جنهنجون گهرجون ٿوريون آهن. جيترئون گهرجون گهٽ اوتري چنتا گهٽ. جنهنجي من ۾ ڪا چاهه ڪانهي اهو شاهن جو شاهه آهي. اسانجون اڇائون ئي اسان کي ڪنگال ٿيون بڻائين. سڪندر اعظم جڏهن هندستان تي حملو ڪري آيو تڏهن هن پنجاب ۾ هڪ ڪمائيءَ واري ساڌوءَ جي مهما ٻڌي جو نباس نديءَ جي ڪناري تي رهندو هو. جڏهن ساڌوءَ وٽ پهتو ته ڏسي ته هو ٻڙ جي وڻ جي چانئوِ هيٺ هڪ وشال پٿي تي مالڪ جي ڌيان ۾ ويٺو هو. ساڌوءَ جي اهائي ڪل جائداد هئي. جڏهن سڪندر ٻڌو ته

(٥) اپرِيگرهہ :- دنيوي پدارٿن جي ڪٺي ڪرڻ جو من ۾ چاهہ نہ رکڻ.

نيم (ڪرڻ جوڳا)

(١) سؤچ :- صفائي.
(٢) سنتوش :- مالڪ جي ڀاڻي تي راضي رهڻ.
(٣) تپ :- سردي گرمي، اُڃ بک ۽ تڪليف سهڻ جي عادت پاڻ ۾ وجهڻ.
(٤) سوڌياس :- گرنٿ پوٿين جو پڙهڻ ۽ منن.
(٥) ايشور پرڻڌان :- پرميشور جي شرن وٺڻ ۽ منجهس پڪو نشچو رکڻ ۽ مڪتيءَ لاءِ يتن ڪرڻ.

١٣- هڪ دفعي سردار بهادر مهاراج جن ستسنگ ۾ ستگوروءَ جي اندروني نوراني سروپ جي سندرتا ۽ سوڀيا جي مهما پئي ڪئي تہ هڪ ستسنگيءَ اُٿي بيهي عرض ڪيو، "حضور! مونکي توهانجي نوراني سروپ جو روز پڇن ۾ درشن ٿيندو هو، پر مهني کن کان بند ٿي ويو آهي." تنهن تي ستگورن فرمايو، "ڀائي، تنهنجو من ڪنهن نہ ڪنهن سنساري سک يا دک ۾ اَٽڪي پيو هوندو." ستسنگيءَ چيو، "حضور! برابر ائين آهي. مونکي هڪڙو ٽي پٽ هو جو مهنو کن ٿيو تہ گذاري ويو." انهيءَ تي ستگورن کيس سمجهايو، "گوروءَ جو نوراني سروپ تہ سدائين (ٽيسري تل ۾) موجود رهي ٿو پر جڏهن من اڪاگر ٿي مٿي چڙهي ٿو تڏهن درشن ٿئي ٿو ۽ جڏهن من ٿي ڪو بوجو رهي ٿو تہ درشن نٿو ٿئي. پنهنجو سمرن ۽ ڀڄن نت نيم سان ڪر. انهيءَ ۾ ئي سک ۽ شانتي آهي."

ڀلا ڀڳوان ته جي اوهين مڃيندا ۽ ڪلمندا رهندا ته انهيءَ ۾ اوهانجو ڪيڏو حرج لڳندو؟ جهڙي طرح اسين سياءَ جي ڏس تي چنتا ۽ ڀڳتي ڪريون ٿا اهڙي طرح ٿوري ابياس سان مرڪڻ ۽ کاڻ جي عادت پڻ ٿاهي سگهجي ٿي. ڪنهن ٻـ ٻالڪ جي باري ۾ فضول ڊڪر ڪرڻ ڏکاري ٿو ته اسان جو پرماتما ۾ اعتقاد ۽ ڀروسو ڪونهي. پنهنجا سڀ ڪم مالڪ جي مرضي تي ڇڏيو. جا جوڙي سا واهه واهه! ائين ڪرڻ سان دک ۽ چنتا جي احساس کان بچي پوندا.

٢٠- تلوار جو گهاءُ سمي پاڻي ڇٽي وڃي ٿو پر زبان ذريعي جو ٻئي جي دل ۾ گهاءُ پيدا ٿئي ٿو سو ڇٽڻ محال آهي. ڪنهن به پراڻيءَ جي دل نه دکايو. اهو اهڙو ئي ضروري آهي جهڙو نام وقت شراب، ماس وغيره جي پرهيز جو واعدو. ماس ڦرڪائڻ جي منع ته اهنسا جي نقطي نگاهه کان ڪئي وڃي ٿي. انهيءَ ڪري اهنسا من، وچن ۽ ڪرم، ٽنهي جي پالڻ ڪبي. سمرڻ ۽ پڄن، ستسنگ بنا مشڪل آهي. پاتنجلي رشيءَ پنهنجي گرنٿ، يوگ شاستر ۾ يوگ ابياس لاءِ ”پنج يم“ ۽ ”پنج نيم“ ورنن ڪيا آهن.

يم (نه ڪرڻ جوڳا)

(١) **اهنسا:-** ڪنهن به پراڻيءَ کي من، وچن ۽ ڪرم دوارا نه ڏکوئڻ.

(٢) **ست:-** من، وچن ۽ ڪرم دوارا ست يا ڪوڙ نـه ڳالهائڻ.

(٣) **استيئم:-** پرائي حق جي چوريءَ جي اڇا نه ڪرڻ.

(٤) **برهمچريه:-** من، وچن ۽ ڪرم دوارا ڪنهن ڏانهن به ڪام دوشٽيءَ سان نه نهارڻ.

...ندو رهي. من کي اهڙي نموني ڇوٽ مٿان ڇوٽ (لڳاتار
...مرن) لڳندي رهي جو من کي موٽائي حملي ڪرڻ جو موقعو،
...ي نه ملي."

۱۷- پڄڻ جي وقت من کي ليسري ڀل (ٻنهي نيترن جي
...ي ۽ اندر جي طرف ٻنهي نيتر) ۾ ايڪاگر ڪري پوري
...وچ ٿي. سمرن خيال سان ڪرڻو آهي ۽
...ڊ ٻان سان سمرن ڪرڻ کپي. ڪن سڀ اِستر هئڻ کپن.
...انهيءَ وقت تن، من، زبان، اکيون ۽ ويچاروان آيڻ جڳائي. اسين

۱۸- ستسنگيءَ کي هميشه ويچار جي ڪميءَ ڪري. اسان
ڪروڌ ڇو ٿا ڪريون؟ صرف ويچار جي مؤت ڪارڻ
...ڪي ڪام ڇو ٿو ستائي؟ ماتا پنهنجي پٽ جي وڇڻ ڪري آپگهات
ڇو ٿي روئي؟ ڪي ماڻهو ڌن دولت جي ظاهر ڪن ٿيون ته اسان
ڇو ٿا ڪن؟ اهي سڀ حالتون صاف ويچار
۾ سوچ ۽ ويچار جي شڪتي ڪمزور آهي. صاف ويچار
شڪتي اڀياس جو مکيه انگ آهي ۽ هڪ وڏي نعمت آهي
...ڄا سادارڻ اڀياس ذريعي حاصل ڪري ٿي سگهجي. اسين
عام طور آڳو پيڇو سوچڻ بنا جوش جي گهڙيءَ ۾ ڄيڪي من
۾ اچي ٿو سو ڪري ٿا وهون. هميشه ٿڌي سيني سوچي...
پوءِ قدم کڻو. ڪنهن سمجهو ڊاڪٽر کان پڇي پڪ ڪريو...
جڏهن ماڻهو جوش ۾ اچي غصو ڪري ٿو تڏهن هنجي دل...
۽ دماغ کي ڪيڏي نه ڇوٽ رسي ٿي ۽ خون ۾ ڪيڏو نه...
زهر پيدا ٿئي ٿو!

۱۹- عام طور جن ماڻهن ۾ صاف ويچار شڪتي جو معا...
ناهي سي ڪنهن نه ڪنهن چنتا ۾ ٻڏل هوندا آهن. پـلا...
تائين ڪو به مسئلو چنتا ڪرڻ سان حل ٿيو آهي؟ انه...
ڪري صاف سوچڻ جي عادت ناهيو ۽ مصيبتن ۾ به مشڪ...
...هو ته شيطان به توهانجي نزديڪ اچڻ جي همت نه رکن...

ڏرو ۽ ٻاروٽو ڪاڏو شامل آهن. اهڙي ڪاڏي کائڻ سان من ۾ مستي، غصو ۽ ٻيا وڪار پيدا ٿين ٿا.

سدائين سالڪ ۽ ٻولڙ ٻوڄن ۽ رنائڻ گهرجي جو حق حلال جي ڪمائيءَ جو هجي، ڪنهن سان ولڙي ورڇي ڪاڏو وڃي ۽ چڱو ٿوري انداز ۾ ٻرس چت سان کائجي. ٻر سڀ کان مکيه ڳالهه آهي داتار جا شڪرانا مڃي کائڻ.

١٤- ملين وچار روحاني چڙهائيءَ ۾ وڏي رڪاوٽ وجهن ٿا ۽ زهر سمان آهن. تنهن ڪري ساوڌانيءَ سان من کي ٻرن وچارن کان هٽايو. مهل سر رهڻ جو علاج نه ڪبو تہ وڏي وٺاءَ ٿيندي.

١٥- سدائين پنهنجي ورلي نام جي سمرن ۾ رکو. پهرين ٻڌايو تہ انهيءَ ۾ ڪهڙو خرچ ٿو لڳي؟ جيئن ننڍڙا ٻالڪ هڪ، ٻ، ٽي، چار انگ ڳڻيندا رهندا آهن تيئن توهين بہ ٻولڙ نامن جو سمرن ڪندا رهو. سمرن ۾ اڪٿ طاقت آهي جاڳائڻ تہ سمرن ذريعي اوهانجي اندر شڪتي مضبوط ٿيندي. ٻر سمرن هجي ٻريم، صبر ۽ اُمنگ سان ۽ جو هر وقت ۽ لڳاتار جاري رهي.

١٦- هڪ ستسنگيءَ عرض ڪيو، "حضور! منهنجو من مولڪي ڳالهين ۾ اول تہ وهڻ ٿي ڪونہ ٿو ڏئي ۽ جڏهن وهان تہ ٿو تہ طرح طرح جا فڪرنا پيدا ڪري سمرن ڇڏائي ڇڏي."
تنهن تي مهاراج جن مُشڪي فرمايو، "ٻلا من جو ٻيو ڪم ٿي ڪهڙو آهي؟ جڏهن من پنهنجو ڪم پوري چستيءَ سان ٿو ڪري تڏهن توهين پنهنجي فرض اُدائيءَ تہ ڪرڻ گهرجي؟ ڳالهين ٻڌائو ڪمل نہ آهي. هن ۾ تہ من ۽ آتما جي وچ گهور جنگ ٿي... انهيءَ ڪري من کي اهڙي ٻوڪر هڻ جو سدا

۱- هڪ ستسنگيءَ جڏهن ڏٺهن رٿابر ڪيو، انهيءَ ڏٺئين
رن وقت آهيو تہ مهاراج جن هن کي هي سڪيا ڏني،
ي! اڄوڪو ڏينهن ٿي تنهنجي زندگيءَ جو سڀ کان
ڪ سڀاڳو ڏينهن آهي. تو دنيوي ڀارت پوريءَ طرح ادا
و ۽ سنساري ذميواريون نباهيون. هاڻي توکي ڪجهه پنهنجو
ر ڪرڻ کپي جا ڪاڻ نہ هيلتائين تو صرف ٻين جو ڪم ٿي
يو آهي. سنساري اڇائن ۽ واشنائن کي اندران ڪڍي من
ي سمجهاءِ تہ هاڻي نام جپڻ جو وارو آهي. پنهنجو خيال
ڪٽنب پريوار، ڌن دولت، مان وڏائي، سيني کان هٽاءِ
۽ پنهنجو سمورو پيار ۽ ڌيان صرف پريو ڀڳتيءَ ۾ لڳاءِ. مالڪ
جو داس ٿجي رات ڏينهن نام جي آراڌنا ڪر. گوروءَ جي
هل جو پورو ڀروسو رکي خوب محنت ڪر ۽ من سان پوري
پوري لڙائي جوٽ. گورو تو سان سدائين انگ سنگ آهي."

۱۳- من جي اوستا جو ڀوڄن سان گهرو سنبنڌ آهي. اهو
سان عام ٻڌو آهي "جهڙو ان تهڙو من." ڀوڄن ٽن پرڪارن
جو ٿيندو آهي:-

(۱) **ساتوڪ ڀوڄن:-** ساتوڪ ڀوڄن ۾ ڦل، سبزيون،
ترڪل ۽ ٿوري انداز ۾ کير، مکڻ، پنير، ڪريم، ماکي،
بادامين، ڇوڙ، ڪڻڪ، داليون ۽ چانور وغيره اچي وڃن
ا. اهڙو ڀوڄن ٿوري انداز ۾ کائڻ سان من ۾ شانتي رهي ٿي

(۲) **راجسڪ ڀوڄن:-** انهيءَ ڀوڄن ۾ بيدا، مڇي
ڪيسر، پيسٽري، لوڻ، مرچ، چانور، ڪافي ۽ گرم کير اچي
وڃن ٿا. راجسڪ ڀوڄن کائڻ سان من ۾ سنساري خيال ۽ چاهنائون
تيزيءَ سان اڀرن ٿيون.

انهيءَ ۾ شراب، ڪباب، تما

"پنهنجو پيٽ خالي رک،
نه پرماتما ان کي الاهي عشق سان ڀري،
پنهنجي زبان بند ڪر،
نه هو تنهنجا گيان روپي نيتر کولي."

(٣) گهٽ سمهڻ:- ننڊ جو به آهار سان گهرو سنبنڌ آهي. پيٽ ڀري کائڻ سان سستي ۽ ننڊ پيدا ٿئي ٿي. گهٽ سمهڻ روحاني ترقيءَ لاءِ لاڀدايڪ آهي. حقيقت ۾ جيترو وقت اسين سمهون ٿا اوترو ضروري نه آهي. ڇهه ڪلاڪ آرام ڪافي آهي.

(٤) ايڪانت:- ستسنگيءَ لاءِ ايڪانت هڪ نعمت آهي. ماڻهن سان گهڻو ميل ميلاپ رکڻ ۾ ابياسيءَ جو نقصان آهي. ائين ڪرڻ سان خيال گرمت ڇڏي منمت جي وهڪ ۾ وهي ٿو وڃي. "ماڻهن کان ڪنارو ڪري پريءَ ڏانهن نهار."

١١- ڪنهن ستسنگيءَ سردار بهادر مهاراج جن اڳيان عرض ڪيو، "حضور! مونکي ڀڄن وقت ننڊ اچي ٿي وڃي." تنهن تي ستگرون فرمايو ته ابياسيءَ کي ڀاڻ ننڊ جو فائدو وٺڻ کپي ڇاڪاڻ ته جنهن مهل ماڻهوءَ کي ننڊ ايندي آهي، ان وقت خيال قدرتي طور تي ڏانهن مڙندو آهي. ائين ڪري ننڊ اچڻ جو فائدو وٺي ڀاڻ سجاڳ ٿي ان قدرتي خيال جي موڙ دوران پنهنجو ڌيان ٽيسري تل ۾ ايڪاگر ڪرڻ گهرجي. ڪن ڏينهن ائين ابياس ڪري ڏسو ته توهانکي انهيءَ ساڌن جي ڀلائي جو پاڻهي پتو لڳندو. ليڪن ساوڌانيءَ سان ڀڄن تي ويهڻو آهي جنهن ۾ نه ڪي پوريءَ ريت ننڊ هجي نه ڪي جاڳ. اهڙي اوستا ۾ اڪثر پنڊي من ۽ برهمنڊي من ۾ ليڻ ٿي وڃي ٿو ۽ انهيءَ ڪري ڪيترائي اندروني نظارا ابياسيءَ کي ڏسڻ ۾ اچن ٿا. پر، ڪرڻ مهل يا ڀڄن کانپوءِ ستسنگيءَ کي سمهڻ نه کپي.

ليا آهيون پر هاڻ اسانجو اَٽل ارادو آهي ته زندگيءَ جا سبب
سواس مالڪ جا آهن ۽ مالڪ جي ياد ۾ ئي لڳائڻا آهن.

١٠- نوجوان ساڌو، نوجوان وڏوا سمان آهي ۽ انهيءَ کي
مضبوط قلعي اندر رهڻ کپي. توهانجو قلعو آهي اوهانجو
ستگورو. سدائين انهيءَ جي شرن وٺي انهيءَ جي حڪم اندر
رهو. جيڪڏهن ستگورو جي شرن روپي قلعي ۾ رهندا ته
توهانجو وار به ونگو نه ٿيندو. انهيءَ قلعي جي اندر پنهنجي
واسطي "بچاءَ جي ڪوٺڙي" ٻاهو جنهن جون چار ديوارون
هجڻ گهرجن. (١) گهٽ ڳالهائڻ (٢) گهٽ کائڻ (٣) گهٽ سمهڻ
(٤) ايڪانت.

(١) گهٽ ڳالهائڻ:- اسانجي ڪيتري جسماني ۽ روحاني
شڪتي ڳالهائڻ ۾ ضايع ٿئي ٿي. سياڻن سچ چيو آهي ته
"مات سون سمان آهي." انهيءَ ڪري ٿورو ڳالهايو. ضرورت
کانسواءِ نه ڳالهايو ۽ جڏهن ڳالهايو، ته نهايت سباجهي ۽ مٺي
نموني. ڪنهن به حالت ۾ غصي ۾ نه اچو. سنسار ڪي هلائڻ
جو بار ڪو توهانجي مٿان ڪونه اچي پيو آهي. اهو ڪم انهيءَ
ڪسي سونپيو جنهن هيءَ دنيا ٺاهي آهي. جيڪڏهن اَڳلو
بي عقليءَ سان پيش اچي ته توهانکي صبر ۽ سنجم کان ڪم
وٺڻ کپي. زبان به منهين تلوار آهي، انهيءَ کي ضابطي ۾ رکو

(٢) گهٽ کائڻ:- انهيءَ جو تعلق به زبان سان آهي. اسين
عام طور زبان جي چشڪي خاطر وڌيڪ کائون ٿا. انسان کائي
لاءِ نٿو جيئي پر کائي ٿو انهيءَ لاءِ ته زنده رهي پڳتي ڪري
گهٽ کائڻ سان انسان ديوتا ٿيو پوي ۽ گهڻي کائڻ سان پسون
گهڻو کائڻ ۽ گهڻو سمهڻ اسان کي پرماتما جي در کان دور
ٿا ۽ من ۾ الڪار پيدا ڪن ٿا. ڪنهن درويش جو سخن آهي

الهيءَ پري ٻڌڻ پرميشور کي پاڻ لاءِ لوڙهائڪي دل و جان
سان اپاس ڪرڻو پوندو. گهٽ کائڻ، گهٽ سمهڻ، ۽ گهٽ
ڳالهائڻ جي عادت ڏارڻ ڪرڻي پوندي. دنيا جي چمڪ ڏمڪ
کان بچڻو پوندو ۽ پنهنجي من ۽ اندرين تي پورڻ ضابطو رکڻو
پوندو. سڀني اڀائن کي لباڳي صرف مالڪ هي ملڻ جي تمنا
دل ۾ رکو. پريم جي لنک گليءَ ۾ هوندي ۽ خدا ٻئي ڪيئن
ماپي سگهندا؟ پرماتما کي پاڻ لاءِ سڀني واشنائن کي تياڳڻو
پوندو. جي اندي همت نٿا ساريو ته هن راهه ۾ قدم نه
رکو ۽ مالڪ جي محبت جون منون منون ڳالهيون ڪرڻ ڇڏي
ڇڏي ڏيو. ياد رکو، توهين پاڻکي ۽ سنسار کي دوکو ڏئي
سگهو ٿا پر پرماتما کي نه.

٩- پرمارٿ جي ڪاميابيءَ جي ڪنجي آهي من کي وري
وري پڻ ۾ لڳائڻ. ٿن ڪلاڪن جي ڀڄن ڪندي به من جو
جهڪاءُ سنسار جي طرف رهي ٿو. جي اوهانکي جيئري
پريوءَ سان ملڻ جي سچي اڪير آهي ته پوءِ آٺئي پهر پنهنجي
من ۽ سرت کي ستگوروءَ جي آواز نام ۾ شولبتر ۾ لڳائي رکو.
چوويهه ئي ڪلاڪ پريتم جي ملڻ جي لڙڪ دل ۾ ڏاريو ۽
دم دم ۾ هنجي جدائيءَ جو احساس رکو. نه صرف اٿندو
بلڪ کائيندي، پيئندي، وهندي، ڊائيندي ۽ سمهندي، ڪن
ڪن ۾ ستگوروءَ جو پورو سمرن زبان تي رکو ۽ سندس سهڻي
صورت کي اکين آڏو رکو.

آنادِ ڪال کان اسانجون آتمائون پرماتما کان وڇڙي آواگون
۾ ڀٽڪي رهيون آهن. اسين من ۽ مايا جي جار ۾ ڦاسي پنهنجي
لج ڏام ۽ ڪل مالڪ کي ڀلائي ويٺا آهيون. اسان ستسنگين کي
هيتر من کي سمجهائڻ کپي ته جڳن کان اسين تنهنجي حڪم ۾

. اها بي چڱي قدرتي محسوس ٿيندي آهي جڏهن چيتن
ا شرير روپي قبر ۾ ان ڪري پرلتم جي محل ڏانهن
ندي آهي .

٨ - توهانکي جي سنت مت جي راهه تي هلڻو آهي تہ
ء تن ، من ۽ ڌن ستگورو ء کي ارپڻ ڪرڻ لاء تيار ٿيو .
ن مارگ ۾ سيني اچائن کي تياڳي ، موهه ممتا جي ميل کي
ڪندي ، لوڪن جا طعنا مهڻا برداشت ڪرڻ سکو . جي انهن
رچن آدرشن تي هلڻ لاء تيار نہ آهيو تہ ڪامياب ٿيڻ جي اميد
ڪرڻ اجائي آهي . ياد رکو! هن سنسار ۾ بہ پوري قيمت ادا
ڪرڻ کانسواء ڪابہ چيز حاصل نٿي ٿئي . اهو انسان جو بغير
رباني ، ڪجهہ پائڻ تو چاهي ، مورک آهي . ياي اهڙو مورک
يمت ادا ڪرڻ بنا ڪجهہ حاصل ڪري پاڻکي فائدي ۾
سمجهي پر حقيقت ۾ هو گهاٽي ۾ آهي . جيڪڏهن ڪنهنجي
ڪوڏي بہ بنا اجوري وٺس رهجي ويئي تہ انهيء قرض
چڪائڻ لاء هن کي سنسار ۾ وري جنم وٺڻو پوندو . جي
پاڙيسريء جو صرف هڪ آن جو داڻو بہ اتفاق سان اڌامي
اچي توهان جي گدام ۾ پيو تہ انجو بہ حساب ڏيڻو پوندو . لهڻي
ڏيڻي جو قانون قدرتي ۽ اٽل آهي ۽ ان ۾ ڪابہ رعايت ٿي نٿي
سگهي . اُن چيز ڏواران ، پيسي يا شيء ڪرمن ڏريعي انهيء
جي قيمت ادا ڪرڻي ئي پوندي .

سنسار ۾ محنت ۽ جاکوڙ کانسواء سک پرابت ڪري نہ ٿو ٿئي .
سون حاصل ڪرڻ لاء کاڻين کي کوٽڻو ٿو پوي ۽ موتين کسي
هٿ ڪرڻ لاء اٿاهہ ساگر ۾ ٽبيون هڻيون ٿيون پون . ڏسو
بالڪ پيدا ٿيڻ وقت ماتا کي ڪيڏو نہ ڪشٽ سهڻو ٿو پوي!
اهڙي طرح سنساري پدارٿن کي پائڻ لاء اسين انيڪ قربانيون
ڪريون ٿا . تڏهن پريو ئي سستو آهي جو بنا ڪمائيء ملندو؟

هٿي نه لڳو موت ۾ انکي ڪجهه نه ڪر ۽ انهن جا پير جمي
واپس پنهنجي گهر هليو آءِ.

٦- روحاني راهه ۾ انيڪ وکون آهن جن مان سڀ کان پهريان
آهي ڪام واسنا. ڪاميني مهانگي آهي تنهنڪري انهيءَ کان
ساوڌان رهو. جڏهن ڪام جو خيال من ۾ اُٿي تڏهن
سانهيءَ وانگر "ساوڌان" ٿي پئو. جنهنجو اصلي مطلب آهي
ته پنهنجي خيال کي هڪدم ٻئي طرف ڦيرايو اگر ڪري
سگهو ته هي سروپ جي شرڻ وٺو. من جو همت ۽ مردانگيءَ
سان مقابلو ڪريو ۽ من کي اهڙي ٺوڪر ماريو جو ياد ڪندو
رهي. دشمن اڳيان جهڪڻ سورمن جو ڪم ناهي.

٧- ڪائر ڪڏهن به ڪامياب نه ٿيندو آهي. سنت مت
سورمن جو مارگ آهي. هن مارگ جا اپاسي به، سورمن وانگر
سر تريءَ تي رکي پريتم کي ارپڻ ڪرڻ لاءِ جنگ ۾ ٽپي
پوندا آهن. پريتم جي محل تائين پهچڻ لاءِ رستي ۾ ڪيتري
به قرباني ڏيڻي پوي، ٿوري آهي.

سهڻيءَ جو مهيار سان نينهن هو ۽ مهيار درياهه جي هن پار
رهندو هو. سهڻيءَ روز دلي تي ترندي هن کي ملڻ ويندي
هئي. هڪ ڏينهن هن جي ماٽ اهو دلو مٽائي ان جي جاءِ تي
ڪچو گهڙو رکي ڇڏيو. ندي ٻوڏ ۾ هئي ۽ سهڻي سمجهي
ويئي ته انهيءَ گهڙي جو آسرو وٺي نديءَ کي پار ڪرڻ آهي
هٿ وٺي موت کي سڏڻ. قدم پوئتي نه هٽايائين ۽ پريتم سان
ملڻ لاءِ جان سان کيڏي ويئي پر پنهنجي پريم کي آنچ اچڻ نه
ڏنائين. پريوءَ سان پريت ڪرڻ ۾ اسانکي انهيءَ ساڳيءَ
عورت جو مثال ياد رکڻ گهرجي. جڏهن اسان ۾ وهو ۽ ڏيکو،
ارادو ۽ اورچائيءَ سان وهو ۽ شريعر ۾ جڏهن بي آرامي ۽
سُور محسوس ٿئي ته به آسڻ کي نه ڇڏيو ۽ اڀياس کي جاري

٣- روحاني ترقيءَ لاءِ هر دي جو اُنهي پوتر هئڻ نهايت ضروري آهي. شهنشاهه ڪڏهن به ڪنهن گندي ڪوٺڙيءَ ۾ قدم نه رکندو آهي. هڪ ڪتو به پڇ سان جاءِ صاف ڪري پوءِ ويهندو آهي. تڏهن جنهن هر دي ۾ رات ڏينهن ڪام، ڪروڌ، لوڀ، موهه ۽ اهنڪار رهي ڪچرو پيو پيو آهي اُن ۾ انهي شاهن جي شاهه- پرماتما جي اچڻ جي اُميد رکڻ ئي اجائي آهي.

٤- انساني شرير ئي پرماتما جو سچو مندر آهي. انهيءَ ڪري انهيءَ پوتر مندر کي شراب ڪباب جهڙين مائين شين سان پرشت نه ڪرڻ کپي ۽ نڪو اهڙي مندر ۾ ڇل ڪپٽ، ڪام ڪروڌ، موهه ممتا راڳ دئيش جهڙن وڪارن جو واسو هئڻ جڳائي. جيستائين انهن وڪارن جو خاتمو نه ٿيندو تيستائين اُنهي پوتر ۽ نرمل پرماتما ڪڏهن به انهيءَ مندر ۾ درشن نه ڏيندو.

٥- ڪڏهن به ڪنهن جي دل نه دکاءِ. اهو اهڙو پاپ آهي جو پرماتما به نٿو بخشي ۽ جو پرمارٿ جي جڙ ئي ڪٽيو ڇڏي. پنهنجي راءِ ڪي ٻين مٿان زبردستي مڙهڻ نه کپي. سدائين نمرتا ۽ پريم سان سمجهائڻ جي ڪوشش ڪرڻ گهرجي. شيخ فريد هڪ مشهور مسلمان درويش جو ڪلام آهي:-

"فريدا جي تو پريادي سڪ، هياءِ نه ٺاهه ڪهي دا."

(جي تو کي پريتم سان ملڻ جي سڪ آهي ته ڪنهن جي به دل نه دکاءِ)

"فريدا جنهن تنهن مارن مڪيان، تنان نه مارين گهم،
آپڻڙي گهر آ جائيئي، پير تنا دي چم."

فريد صاحب فرمائين ٿا ته جيڪڏهن ڪو توکي مڪون

چونڊ وچن

وچن ١- صرف نام ملڻ سان ڪو ستسنگي نٿو ٿئي. نام ملڻ کانپوءِ ستسنگيءَ کي پنهنجي زندگي سنت مت جي اصولن مطابق ڍالڻ گهرجي. سندس هرهڪ وچار، وچن ۽ ڪرم انهن اوچن اصولن انوسار هئڻ جڳائي جاڳڻ ۽ واپئيءَ کان وڌيڪ وهنوار مان منش جي چرتر جي پروڙ ٿي ٿئي. وچار جي شڪتي ۽ ٻاڻ وڌيڪ پربل آهي. سچي شوڪ جي روزمره جي رهڻي تمام اوچ ڪوٽيءَ جي هئڻ گهرجي جنهن مان ٻين کي سرجهي ٿئي ۽ سچ پچ هو ڪنهن پورن سنت جو شش آهي.

٢- عمل جي راهه علم جي انبار کان به بهتر آهي. اهي اصول ڪهڙي ڪم جا جن جي پيروي نٿي ڪجي؟ اهو واچڪ گياني جنهن جي رهڻي اُم نه آهي سو هڪ بار ڍوئيندڙ پسوءَ جي سمان آهي جو پنهنجي پٺيءَ تي صرف پولن جي گٺڙي کڻي پيو ڦري. سربسته رهڻي، ڪهڻيءَ کان سؤ بار بهتر آهي.

ٻين کي پرپوت ڏيڻ کان پاڻ مثال ٿيڻ ڏهه ڀيرا وڌيڪ اثرائتو آهي. راوڻ، لنڪا جو راجا، صرف چئن ويدن جو گياني ڪين هو بلڪ هن ڇهن ئي شاسترن جو ٽيڪاڪار ٿي ڪري هو. پر سندس اعمال سندس علم جي بنهه ابتڙ هئا جاڳڻ لئه پرائي استريءَ کي ڀڄائي کڻي ويو ۽ جنهن جو نتيجو اهو نڪتو جو سندس ڪُل جي ناس ٿي ويو.

سوال - پڇن سمرڻ ۾ من ٻاهر ڀڄندو رهي ٿو.

جواب - من جي چوڪيداري ڪريو. جيڪڏهن من اندر ڪنهن شيءِ ڪي ڏسي يا ستگوروءَ جي سروپ کي ڏسي يا اونده کي ڏسي ته اُن ڪي ڏسندا رهو ۽ سمرڻ ڪندا وڃو ته پوءِ من هڪ هنڌ جمي ويندو. جيڪڏهن توروئي ٽڪڻ ڪان تڙڪي وڃي، ته من هڪدم ٻاهر هليو ايندو. چاڪاڻ ته اِها من جي خاصيت آهي ته هو ڪڏهن به واندو نٿو وهي.

ڪجھ سوال

هڪ پڙهيل ڳالھ جنھنجو ڪيترن سالن کان نانءُ وڏو هو تنھن هيٺيان سوال ڪيا جن جا جواب جيڪي حضور جن ڏنا سي هيٺ ڏجن ٿا:-

سوال - انسان حياتيءَ جي سفر ۾ بلڪل اڪيلو مسافر آهي. اهو خيال مڪمل طور نه، پر ٿورو ٿورو سمجھ ۾ آيو آهي.

جواب - جيئن جيئن هن رستي تي اندا، تيئن شرير جو هيٺيون حصو خالي ٿيندو. ۽ جڏهن انسان من مارگ کي ڇڏيندو ويندو ۽ نانءُ مارگ تي هلندو، تہ پوءِ هنکي اهو محسوس ٿيندو تہ مان بلڪل اڪيلو آهيان ۽ فقط ستگورو ئي منھنجو همراھ آهي.

سوال - موت جو ڊپ ڪيئن ٿو لهي.

جواب - جيئن جيئن خيال اندر ويندو ۽ شرير کي خالي ڪندو تيئن تيئن موت جو خوف گھٽ ٿيندو ويندو.

سوال - من هن دنيا جي سازن سامان کي ڇڏڻ لئہ چاهي.

جواب - جيئن خيال اندر ويندو دنيا جي سامان جي محبت گھٽجندي ويندي. جنھن پاڻکي پنھنجي شرير کان الڳ ڪيو آهي تنھن ئي دنيا جو تياڳ ڪيو آهي. سچو تياڳ اهوئي آهي.

سنت باڻي

سنتن جي باڻيءَ ۾ پنج ڳالهيون اچن ٿيون.

(١) سنت مت جو آدرش (٢) انهي آدرش جي پراپتيءَ جو اُپاءُ (٣) انهيءَ آدرش جي پراپتيءَ جو فائدو (٤) انهي آدرش جي نه حاصل ڪرڻ مان نقصان (٥) پرماتما جي ديا کانسواءِ انهي آدرش جي پراپتي ناممڪن آهي.

پلٽو صاحب جي باڻيءَ ۾ سنتن جي هيءَ مهما آئي آهي.

" تين لوڪ سي جدا هئا، اُن سنتن کي چال، اُن سنتن کي چال، ڪرم سي رهتي نياري."

سنتن ۽ مهاتمائن جي تحقيقات مان هيٺيان نتيجا ظاهر ٿيا آهن.

(١) پرماتما آهي (٢) اُهو فقط انسان کي اُن ماي سگهي ٿو (٣) پرماتما انسان کي پنهنجي اندر ئي ملي ٿو. مندرن، مورتين، برتن ۽ پهاڙن ۾ ڪين ماندو (٤) پنهنجي اندر ٻه ٻن ڀرن جي وچ، خيال کي هڪ هنڌ جمائڻ سان هن جو پتو ٿو ملي (٥) جڏهن پنهنجي ڀرن جي وچ ۾ آتما ڪٺي ٿي ٿئي ته پوءِ شبد يعني آسماني آواز جو اُنهي وقت اُئي آتما کي ٻڌڻ ۾ اچي ٿو، تنهن کي پڪڙڻ سان پرماتما ماي ٿو (٦) جڏهن پرماتما جي مؤج ڪنهن کي پاڻ سان ملائڻ جي هوندي آهي ته هنکي گورو ۽ شبد يعني نام سان ملائي ٿو.

هي تعلمعد ۾ وڃائي ڇڏي. مرڻ وقت لکو مت لکو مالڪ هن سان گڏ وڃي ٿو. تنهن جو مطلب نه جيڪڏهن منش جنم انهن شين جي واڌاري ۽ سنڀال ۾ لڳي ويو نه ٻيو سمجهو نه جنم اجايو ويو. انهيءَ سان گڏوگڏ هن کي جتي موت ڪاٻوء وڃڻو آهي انهي لاءِ ڪجهه توشو يا سمر گڏ ڪري ها ته اهو بهتر ٿئي ها. اهو ئي انسان جي زندگيءَ جو مقصد آهي ڇاڪاڻ ته هن منش ديهه ۾ خدا، پنهنجي اپار سرشٽيءَ سان گڏ موجود آهي ۽ مٿان آواز ڏيئي رهيو آهي. اسانجو ڌيان ٻاهر جي طرف آهي، جنهن ڪري اسين هنجي آواز کي لتا ٻڌي سگهون. وڏن انهيءَ آواز کي ناد ڪري سڏيو آهي ۽ انهي کي بائيبل ۾ Word (ڪلام) ڪري چيو ويو آهي. مسلمان انهي کي ڪلمو ڪري سڏيو آهي. 'لا الٰه الا الله' اهو ڪو ڪلمو نه آهي. انهن ڪلمي جي صورت يا شڪل جو بيان آهي. جنهن ڪلمي کي اهو ڪلمو ظاهر ٿو ڪري اهو انسان جي اندر آهي. انهيءَ کي آواز چوڻ به ٺيڪ نه آهي. اهو سڀ جي جان آهي ۽ سڄي سرشٽيءَ کي ڏاهڻ وارو آهي. گرو نانڪ صاحب جن انهي کي، 'آد سچ جگاد سچ' ڪري چيو آهي ۽ سنت جان جي بائيبل يا انجيل ۾ لکيل آهي نه شروع ۾ ڪلام (Word) هو ۽ شروعاتي رچنا ڪلام ٿي ڪئي. گرو گرنٿ صاحب ۾ انهيءَ کي شبد، حڪم، گرباڻي جهڙي بيان ڪيو ويو آهي.

صحبت ڪري ڪو جيندو ته ئي ڪي ئي مالڪ ماندو. انهي
ڪل مالڪ، انسان کي سچي سرشٽيءَ جو نمونو بڻايو آهي. انسان
جي اندر مان ئي سچي سرشٽيءَ جي خبر پئجي سگهي ٿي ۽
اسين چوراسي لک جونين مان نڪري هميشه لاءِ سچي سائينءَ
جي گود ۾، جتان آتما شروع ۾ آئي هئي، سمائجي
سگهون ٿا. جيڪڏهن انسان اهو ڪم مالڪ سان ملڻ جو نه
ڪيو ۽ دنيا جي موهه ۾ ڦاسي پنهنجي ڪمن ۾ وقت وڃائي ڇڏيو
ته پوءِ هن لاءِ چوراسيءَ جو چڪر تيار بيٺو آهي ڇاڪاڻ ته
منش جنم چوراسيءَ جي ڏاڪڻ جو آخرين ڏاڪو آهي.
جيڪو نيٺ ڏاڪي مٿي چڙهي ويو اهو چوراسيءَ جي چڪر
کان ڇٽي ويندو نه ته وري ڏاڪڻ جي هيٺين ڏاڪي تي
اچي ڪرندو.

انسان ڪجهه خواهشون ته پنهنجي هن جنم ۾ پوريون ڪري ٿو
ڪري، باقي جيڪي رهجي وڃن ٿيون، انهن کي پوري ڪرڻ
لاءِ هن کي وري دنيا ۾ اچڻو ٿو پوي ۽ قدرت هن کي اهو ئي
شرير ٿي ڏئي، جنهن ۾ هن جون ڪامنائون سولي طرح سان
پوريون ٿين. جيڪڏهن ڪنهن ماڻهوءَ ۾ ڪروڌ جو انگ زور
رهيو ۽ مرڻ گهڙيءَ تائين شانت نه ٿيس ته پوءِ قدرت اهڙو
اپايو ڪم نٿي ڪري جو هن کي وري انسان جو جنم ڏئي.
پاڪ هن کي بگهڙ، شينهن وغيره جو جنم ماندو جنهن ۾
هن جو ڪروڌ نڪري گهٽ ٿئي.

جيڪو به ڪم اسين دنيا ۾ ڪريون ٿا سو سڀ بيگر جو
ڪم آهي. بيگر ڪنهن کي ڪري ٿا چون؟ اهو ڪم جو
ماڻهو ڪري پر ڪيس مزوري نه ملي. اهڙي طرح ماڻهو پنهنجي
سڄي عمر پنهنجي بدن ۽ ٻار ٻچن جي شرير جي پالڻ ۾ وڃائي
ٿو ڇڏي يا انهيءَ کان سواءِ ملڪ ۽ قوم جي سيوا ۾ يا دوستن

إنساني جامون

منش چولــي کي سيني ڏرمن سرشت مجيو آهي.

گورو گرنٿ صاحب ۾ چيل آهي:-

"اِس ديهي ڪو سمريهہ ديو،

سو ديهي ڀڄ هرڪي سيؤ."

يعني انسان جي ديه ۾ ئي پرماتما سان ملڻ ممڪن آهي. ديوي ديوتائون به لڙڇن ٿا ته ڪن انسان جو جامو ملي ته گورو سان ملي، ڀڳتي ڪري ست لوڪ ۾ پهچون. پر اسين انسان اهڙا ته موورک آهيون جو ديوتائن کي اسين پاڻ کان سرشت سمجهي، انهن کي پوڄيون ٿا.

ديوتائون ڪير آهن؟ جن مانهن هن فاني دنيا ۾ اچي سٺا ڪرم ڪيا، اهي سوکيم ديش ۾ انهن ڪرمن جو ڦل ڀوڳي رهيا آهن. انهن کي ئي ديوتائون ڪري چون ٿا. جڏهن اهي پنهنجن سٺن ڪرمن جو ڦل ڀوڳي لاهيندا تڏهن پوءِ وري اهي اساڻجي استول دنيا ۾ جنم وٺندا.

ڪرستان چون ٿا ته خدا انسان کي پنهنجي شڪل تي بنايو آهي.

مسلمان چون ٿا ته انسان 'اشرف المخلوقات' آهي.

هندو چون ٿا ته منش ديه سر ناراڻي ديه آهي.

چاڪاڻ ته:-

"جو پنڊي سو برهمنڊي، جو کوجي سو پائي."

جيڪي اساڻجي شرير ۾ آهي، سو برهمانڊ ۾ آهي. جيڪو

دفعي موقعي تي هن کان بدلو وٺجي. پر جيڪڏهن ڪنهن ڙاه
ڏني ته گارين ڏيڻ واري کي ٿقڙ لڳائي. وجي ته پوءِ
اهنڪار کي ڌڪ ڏنو ويندو ۽ اهنڪار ورتي پوءِ هٿ جي
اِندريءَ کي ڌڪ ڏيندو ته هنکي چماٽ نڪاءُ ڪراءِ ته پوءِ
چماٽ لڳائي ويندي. اِئين ڪرڻ جو سلسلو شروع ٿي ويندو.

اِنهيءَ ڪري سنت مهاتمائون چون ٿا ته من کي ٻڌيءَ
جي هيٺ رکڻ گهرجي. نه ته من ٻڌيءَ کي وس ۾ رکي،
شرير کان خراب يا برا ڪرم ڪرائي اسانکي پاپن جو ڀاڱي
بنائي ڇڏيندو.

٥ـــن

من ڇڻ پنڪڙن جو ڪم آهي. اهي آهن من، چت،
بُڌي ۽ اهنڪار. انهن چئني جي ڪائونسل هر وقت
دماغ ۾ لڳندي رهي ٿي. انهيءَ ڪائونسل جو پريزيڊنٽ
من ٿيندو آهي. جڏهن ڪو اهڙو معاملو اڳيان اچي ٿو،
جنهن ۾ من کي ڪا به دلچسپي نه آهي ته من پوءِ انهيءَ
معاملي کي خارج ڪري ٿو ڇڏي ۽ ڪائونسل جي
صلاحڪارن اڳيان اها ڳالهه نٿو آڻي. جيئن ڪنهن ماڻهوءَ کي
پهلوانيءَ جو شوق ڪونهي ۽ ڪو پهلوان هن کي چئي ته پهلواني
سک، ته من انهيءَ تي غور يا خيال ڪرڻ کان سواءِ ئي،
اها ڳالهه ٽاري ٿو ڇڏي ۽ انهيءَ ڳالهه کي غور ڪرڻ لائق
نٿو سمجهي. پر جنهن ڳالهه کي من ضروري ٿو سمجهي، انکي
ڪائونسل جي اڳيان ٿو رکي. ضروري ڳالهيون گهڻيون ٿينديون
آهن ۽ اڻ ضروري ڳالهيون ٿوريون هونديون آهن. مثلا ڪنهن
گاريون ڏنيون ۽ من ڪروڌ ۾ اچي ويو ته پوءِ اهو سڄو قصو
ڪائونسل اڳيان رکيو ويندو. چت (يادگيري) انهيءَ قصي
يا ڳالهه جي تصوير يا نقشو ڪڍي ڪائونسل جي سامهون پيش
ڪري ٿو، ڇاڪاڻ ته چت جو ڪم آهي روپ يا شڪل ڏسڻ،
من جو ڪم آهي لذت: وٺڻ (من کي بدلي وٺڻ مان به لذت
ايندي آهي) پوءِ اها تصوير بُڌيءَ اڳيان رکي ويندي جيڪڏهن
بُڌي، ڪروڌ جي وس ۾ آهي ته اها فيصلو ڏيندي ته انهيءَ گارين
ڏيڻ واري کي مار ڏيو. پر جيڪڏهن بُڌي ڪروڌ جي هٿ وس
نه آهي ته پوءِ اها راءِ ڏيندي ته اها ڳالهه سهي وڃ ۽ اهو سڄو معاملو
بند ڪري ڇڏ يا اڃان هينئر موقعو يا وجهه نه آهي. پر ٻئي

ڪن ٿا، اُنهن جو خيال جپ ڪرڻ وقت ٻاهر ٿي ٿو رهي. انهيءَ ڪري اهڙي جپ جو فائدو نٿو ٿئي. جپ ڪرڻ جو مقصد تہ خيال کي اندر وٺي، هڪ هنڌ ٻهارڻ جو آهي. جيڪي ماڻهو سمجهن ٿا تہ گيتا يا جپ صاحب وغيره جي پاٺ جو ڦل، مرڻ کانپوءِ ملندو، سي ڀايل آهن. پاٺ ڪرڻ جو مطلب تہ خيال کي ٻاهران آڻي، اندر وٺي اچڻ جو آهي. جيڪڏهن پاٺ جي وقت خيال ٻاهر رهندو تہ پوءِ پاٺ جو مقصد پورو نہ ٿيندو.

جيئن حضرت ڪرائيسٽ پڻ چيو آهي- ”ساري دنيا روٽيءَ جي ڪري؛ واسطي پنهنجي جنم جو مرو ولي حق وڃائي رهي آهي.“

انسان جو جنم جو حق اهو آهي ته هو پنهنجي مالڪ سان ملي هڪ ٿئي. مگر هو دنيا جي ناسوتي ڏنڊن ۾ ڦاسي، پنهنجي سڄي عمر برباد ڪري آخر هو پڇتائي ۽ افسوس ڪندو مري ٿو وڃي. جيڪڏهن ڪنهن ڪان اهو پڇو ته توهان ڪير آهيو؟ ته هو نٿر يا وڏاليءَ سان چئي ٿو ته انگريز آهيان، ٻيو چئي ٿو ته مان جرمن آهيان، ٽيون چوي ٿو ته مان مسلمان آهيان، چوٿون چوي ٿو ته مان هندو آهيان. ڪو به اهو نٿو چوي ته مان ’آتما‘ آهيان ۽ سڄي ڪُل مالڪ جو انش آهيان.

اسين اهڙي مالڪ جي انش هئڻ لي فخر نٿا ڪريون. پر جرمن، انگريز ۽ آمريڪن سڏائڻ لي فخر ٿا ڪريون سوامي جي مهاراج جن فرمايو آهي.

”لاج ڪري تو من ڪي ڪل ڪي،
سڌ ڀولي سب اپني ڪل ڪي.“

حضور مهاراج جن فرمائيندا هئا ته جب جي لڙڪپڻ ڪنهن ڪنهن ڪي ائي اچي! جب ته ڪُٽنبي مائٽ پيا ڪن پر ڪنهن جي به اک نٿي کلي! جيڪڏهن جب اهڙي طرح ڪم وڃي جو من ٻاهر نه ڊوڙي ۽ خيال ٻنهي اکين جي وچ قائم رهي ته پوءِ ڪو به سبب نه آهي جو آهستي آهستي من ۽ آتما، اکين جي وچ ته اڪٺا ٿين ۽ سمادي نه لڳي.

جڏهن مائٽ مالڪا قبرن ٿا يا جب صاحب جو پاٺ

مو عاشق هي. اُنهيءَ لاءِ اِهو مناسب آهي تہ من کي
اِهيءَ خراب عادت کان روڪيون. من کنهن بہ هڪ شيءِ
ي صبر ڪري ٿي نٿو. کاڻ پيڻ ۾ بہ بدل سدل چاهي ٿو،
هو ڪڏهن ڦلڪو ٿو گهري تہ ڪڏهن وري گيهہ ٻڏل اڦراٽو
گهرجيس! ڪڏهن ڀاڄي تہ ڪڏهن کيرڙي چاهي ٿو. ڪوبہ
سواد گهڻو وقت ملیس تہ پوءِ هو ڪڪ ٿيو پوي. هي ڀوڳن
۾ بہ بدل سدل چاهي ٿو تہ وري ڳالهائڻ ۾ بہ مٽ سٽ گهري
ٿو. مطلب تہ هر هڪ اِندريءَ کي وشيہ جي سامان ۾ مٽ سٽ
گهرجي. نہ رڳو اِترو پر هي خيالن ۾ بہ چنچل آهي. هڪ
منٽ ۾ سوين خيال بدلائيندو رهي ٿو. من کنهن بہ خيال
تي ٽيهڪ نٿو کائي. اِنهيءَ ڪري اهڙي من کي روڪڻ ڏاڍو
مشڪل آهي. هنکي کنهن جُڳتيءَ سان وس آڻڻ گهرجي.
من وڏو زبردست ڀُوت آهي. پهرين هنجي ڀوڳن جي
چنچلتا کي روڪيو. جيڪڏهن هن اڄ دال ماني کاڌي آهي
تہ وري سڀاڻي چوندو تہ مونکي ڀاڄي گهرجي! جيڪڏهن
دال هجيس تہ اُها بہ گهڻن قسمن واري دال گهرجيس. اهڙي
طرح خوشبوءِ، ڌن، دولت، مڪان، اولاد، راڳ، رنگ،
تماشا، ڪام، اِستري وغيرہ ۾ بہ هو بدل سدل گهري ٿو.
خيالن ۾ بدل سدل يا چنچلتا تہ هنجو وڏو گڻ آهي. اِنهن
سڀني ڳالهين کان ڇوٽڪاري جو منتر فقط سمرن يا جپ آهي
بشرطيڪ اِهو سمرن ڌيان سان ڪيو وڃي. اِنسان پنهنجو
اَمولڪ جنم ڪوڏيءَ بدلي برباد ڪيو آهي پر هو اِها ڳالهہ
چيتي نٿو.

” ڪوڏي بدلي جنم گنوايا، چهيندس ناهين آپي.“

يعني پنهنجي سڄي عمر اجاين بي فائدي ڪمن ۾ چـ
ڪري ڇڏيائين. ڪڏهن بہ پنهنجي اندر نہ ڪوجهـ

گيتا ۾ ڪرشن مهاراج جن فرمايو آهي :-

भ्रुवोर्मध्ये प्राणमावेश्य सम्यक स तं परं पुरुषमुपैति दिव्यम

يعني ڀرواسي پنهنجي اکين جي درشٽيءَ ڀرون اکين جي ڀرن جي وچ ۾ جمائي، منهنجو ڌيان ڪري وٺي. پر جن ماڻهن ڪرشن ڀڳوان کي ڏٺو ئي ڪونهي، اهي ڪنهن جي سروپ جو ڌيان ڪن؟ ها! اُنهن کي گهرجي ته پنهنجو خيال ٻنهي ڀرن جي وچ ۾ جمائي وٺن ته پوءِ آهستي آهستي، جيئن جيئن خيال ايڪاگر ٿيندو ويندو، تيئن تيئن روشني ڏيکاري ڏيڻ لڳندي. پر اهو ورهين جي سخت محنت جو ڪم آهي. اڪثر ماڻهو ڇهه مهينا ٻه سال محنت ڪري تنگ ٿي اهو ڌيان ڪرڻ ڇڏي ٿا ڏين پر اُنهن ڪرڻ ۾ هو وڏي ڀل ٿا ڪن.

سنت فرمائين ٿا ته جيڪو نام هو ٻڌائين ٿا، اُنهي جو سمرن پنهنجي اکين جي وچ ۾ ڌيان جمائي ڪرڻ. اهو مٿين ٻڌايل سمرن کان وڌيڪ آسان طريقو آهي. اِنهي ۾ من سمرن ۾ لڳو رهي ٿو ۽ هن حالت ۾ هن جو ٻاهر ڀڄڪڻ اترو سولو نه آهي جيترو ٻن ڀرن جي وچ ۾ خيال جمائي وهڻ جي حالت ۾ آهي.

ٻي ڳالهه هيءَ آهي ته جڏهن اندر ۾ روشني اچي وڃي ته پوءِ اِنهيءَ حالت ۾ گيتا ۾ فقط روشنيءَ ۾ ڌيان جمائڻ لاءِ چيون ٿا. پر سنت فرمائين ٿا ته روشنيءَ سان گڏ آواز ٻڌڻ ايندو. روشنيءَ کي ڏسندا وڃو ۽ آواز کي ٻڌندا وڃو. اِنهن ڪرڻ سان من کي ٻن رڪابن ۾ سواري ملي ٿي وڃي ۽ هنجو سفر آسان ٿيو پوي.

من اُنيڪتا (Varity) يعني طرحين طرحين شين ۽ ڳالهين

جو عاشق هي. انهيءَ لاءِ اهو مناسب آهي تہ من کي انهيءَ خراب عادت کان روڪيون. من ڪنهن بہ هڪ شيءِ تي صبر ڪري ٿي نٿو. ڪائنات ۾ بہ بدل سدل چاهي ٿو. هو ڪڏهن ڦلڪو ٿو گهري تہ ڪڏهن وري گيهہ ۾ ٻڏل اڦراٽو گهرجيس! ڪڏهن ڀاڄي تہ ڪڏهن کيرڻي چاهي ٿو. ڪو بہ سواد گهڻو وقت مليس تہ پوءِ هو ڪڪ ٿيو پوي. هي پوڄن ۾ بہ بدل سدل چاهي ٿو تہ وري ڳالهائڻ ۾ بہ مت ست گهري ٿو. مطلب تہ هرهڪ اندريءَ کي وشيہ جي سامان ۾ مت ست گهرجي. نہ رڳو اهترو پر هي خيالن ۾ بہ چنچل آهي. هڪ منٽ ۾ سوين خيال بدلائيندو رهي ٿو. من ڪنهن بہ خيال تي بيهڪ نٿو ڪائي. انهيءَ ڪري اهڙي من کي روڪڻ ڏاڍو مشڪل آهي. هنکي ڪنهن جڳتيءَ سان وس آڻڻ گهرجي. من وڏو زبردست ڀوت آهي. پهرين هنجي پوڄن جي چنچلتا کي روڪيو. جيڪڏهن هن اڄ دال ماني کاڌي آهي تہ وري سياڻي چوندو تہ مونکي ڀاڄي گهرجي! جيڪڏهن دال هجيس تہ اها بہ گهڻن قسمن واري دال گهرجيس. اهڙي طرح خوشبوءِ، ڌن، دولت، مڪان، اولاد، راڳ، رنگ، تماشا، ڪام، استري وغيره ۾ بہ هو بدل سدل گهري ٿو. خيالن ۾ بدل سدل يا چنچلتا تہ هنجو وڏو گڻ آهي. انهن سڀني ڳالهين کان ڇوٽڪاري جو منتر فقط سمرن يا جپ آهي بشرطيڪ اهو سمرن ڌيان سان ڪيو وڃي. انسان پنهنجو امولڪ جنم ڪوڏيءَ بدلي برباد ڪيو آهي پر هو اها ڳالهہ ڄاڻي نٿو.

”ڪوڏي بدلي جنم گنوايا، چهينس ناهين آپي.“

يعني پنهنجي سڄي عمر اجاين بي فائدي ڪمن ۾ چٽ ڪري ڇڏيائين. ڪڏهن بہ پنهنجي اندر نہ ڪرجيو.

گيتا ۾ ڪرشن مهاراج جن فرمايو آهي :-

भ्रुवोमंध्ये प्राणभावेश्य सम्पक सत पर पुरुपुपनि दिव्यम

يعني ايائسي پنهنجي اکين جي ڀرونئي، ٻنهي اکين جي
ڀرن جي وچ ۾ جمائي، منهنجو ڌيان ڪري ٿو. پر جن
ماڻهن ڪرشن ڀڳوان کي ڏٺو ئي ڪونهي، اهي ڪنهن جي
سروپ جو ڌيان ڪن؟ ها! انهن کي گهرجي ته پنهنجو خيال
ٻنهي ڀرن جي وچ ۾ جمائي وهن ته پوءِ آهستي آهستي، جيئن
جيئن خيال اڪاگر ٿيندو ويندو، تيئن تيئن روشني ڏيکاري
ڏيڻ لڳندي. پر اهو ورهين جي سخت محنت جو ڪم
ڏکيو ڪم آهي. اڪثر ماڻهو ڇهه مهنا يا سال محنت ڪري
ٿڪ لهي اهو ڌيان ڪرڻ ڇڏي ٿا ڏين پر انهن ڪرڻ ۾
جو وڏي ڀل ٿا ڪن.

سنت فرمائين ٿا ته جيڪر نام جو ٻڌائين ٿا، انهي جو
صورت پنهنجي اکين جي وچ ۾ ڌيان جمائي ڪريو. اهو مٿين
ٻڌايل صورت کان وڌيڪ آسان طريقو آهي. انهي ۾ من سورن
۾ لڳو رهي ٿو؛ هن حالت ۾ هن جو ٻاهر ڀٽڪڻ اهڙو سولو
نه آهي جيترو بس ڀرن جي وچ ۾ خيال جمائي وهڻ جي حالت
۾ آهي.

ٻي ڳالهه هيءَ آهي ته جڏهن اندر ۾ روشني اچي ٿي
ته پوءِ اچي حالت ۾ گيتا ۾ فقط روشنيءَ ۾ ڌيان جمائڻ لاءِ
چيو ٿو. پر سنت فرمائين ٿا ته روشنيءَ سان گڏ آواز ٻڌڻ
گهرجي. روشنيءَ کي ڏسندا وڃو؛ آواز کي ٻڌندا وڃو. انهن
ڪرڻ سان من کي ٻه رڪاٽون ۾ سواري ملي ٿي وڃي؛
جنهن ڪري آسان ٿيو پوي.
ٻي انيڪتا (Variety) يعني طرحين طرحين شين؛ ڳالهين

اکين جي وچ ۾ خيال ڌڪ هنڌ ڄمائي، پنجن نامن جو سمرن ڪن ۽ سمرن ڪندي ستگوروءَ جي ڏنهن سروپ جي ڌيان ڪرڻ جي ڪوشش نہ ڪن. ائين ڪرڻ سان تسوج، پنهنجي مرڪز تان، جو اکين جي وچ ۾ آهي، لهي هيڏانهن هوڏانهن پکڙڻ لڳي ٿو ۽ انهي وقت شبد جي ٻڌڻ پنيان نہ پئجي.

فقط سمرن ڪندا وڃو ۽ خيال کي ڌڪ هنڌ رکو. جيڪڏهن ڪجھ اندر ۾ ڏيکاري نہ ڏئي تہ پوءِ اندر ۾ جو انڌيرو ڏسڻ ۾ اچي ٿو انهي کي ئي ڏسندا رهو ۽ پنجن نامن جو سمرن انهي انڌيري ۾ ئي وڇهندا وڃو. جي اُلي روشني ڏسڻ ۾ اچي تہ پوءِ انهيءَ روشني تي خيال کي ڄمايو.

اڳتين جنم جي ڪمائيءَ وارن ستسنگين، جي ٻاڻ پڪيا هوندا آهن، جي اندر تورڙي ئي سمرن ڪرڻ ڪانپوءِ، ستگوروءَ جو سروپ پرگهٽ ٿيندو آهي تہ پوءِ انهنکي ڌيان ڪرڻ گهرجي.

جيتوڻيڪ اصلي گورو تہ شبد آهي پر جنهن گوروءَ کان نام ورتل آهي، اُنهي جوئي ڌيان ڪرڻ گهرجي. ڪن حالتن ۾ جڏهن ستگورو چولو ڇڏيندو آهي، تڏهن اندر ۾ ڪن کي سندس گاديءَ تي ويٺل گوروءَ جو، جنهنجو هو ستسنگ ٻڌي ٿو، انهي جو ٻہ اندر درشن ٿيندو آهي. پر تڏهن ٻہ اُنهن کي پنهن جي ئي ستگوروءَ جو اندر ۾ ڌيان ڪرڻ گهرجي جنهن کان هن نام ورتو آهي.

گيتا ۾ بہ شبد يوگ جو مارڪ جيتري قدر شروعاتي ابياس جو تعلق آهي اوستائين ساڳيو آهي.

سمرن، ڌيان ۽ ڏن

پنهنجو خيال اکين جي وچ ۾ رکي سمرن ڪرڻو. جيترو ٿي سگهي اوترو پنهنجي خيال کي اکين جي وچ مان هٽڻ نه ڏيو ۽ سمرن لڳاتار ڪندا رهو. جيڪڏهن ان هنڌ ڪابه روشني نظر نٿي اچي ته پوءِ اندر اونداهه ۾ ئي ڏسندا رهو. اهو ڏسڻ يعني نرت کي هڪ هنڌ جمائڻ ۽ هڪ ڏکي ڳالهه آهي. پر جيئن جيئن من سمرن سان گڏ هڪ هنڌ ٽڪڻ لڳندو ته پوءِ نرت (ڏسڻ واري طاقت) ۾ هڪ هنڌ جمي ويندي. مگر اهو شرط آهي ته اسانجا خيال پاڪ پوتر ٿي هئڻ گهرجن. جيڪڏهن من ۾ خراب خيال ايندا ته پوءِ من جو اکين جي وچ ۾ ٽڪڻ ممڪن نه ٿيندو. انهي ڪري سڌي سادي ماڻهن جو من اکين جي وچ ۾ جلدي ٽڪاءُ تي ڪاڻي. پڙهيل هوشيار ماڻهن جو من چنچل ۽ ڏهابل هوندو آهي. اهڙي طرح من کي هڪ هنڌ بيهارڻ لاءِ سخت ڪوشش ڪرڻي ٿي پوي.

هيءَ ڳالهه ياد رکو ته سمرن ڪندي شبد کي پڪڙڻ جي ڪوشش نه ڪرڻ گهرجي. جيڪڏهن شبد پاڻمرادو، پاڻيهي ٻڌڻ ۾ اچي ته انهي کي اچڻ ڏيو پر اُنهي جي پليان نه وڃو ۽ لڪي شبد ڪسي جلدي ڏيو ۽ نرت کي به اکين جي وچ مان هٽڻ نه ڏيو. جيڪڏهن اندر نظارا ۽ ڏسڻ ۾ اچن، تڏهن به سمرن ڪندا رهو ۽ نرت کي هڪ هنڌ قائم رکو.

عام ستسنگين جي لاءِ اهو ئي قاعدو آهي ته

۾ شبهه جو ڏيس آهي، ڇاڪاڻ ته اِنهي ۾ ڪير به پڪ يا يقين
سان چئي نه سگهندو ته جيڪو ڪم مان ڪرڻ لڳو آهيان
اُنهي جو ڦل اُهو ئي ملندو جنهن لاءِ مان اُميد رکي ڪم شروع
ڪرڻ لڳو آهيان. ڪنهن کي به پنهنجي پڇاڙيءَ جو پتو نه
آهي ته اُها ڪهڙي ٿيندي.

جڏهن اسين سمرڻ ۾ ڌيان ڪريون ٿا ۽ من تي اثر نٿو
ٿئي ته ناڪاميابي سبب من ۾ مٿي چڙهائي ڪرڻ جي برهه
پيدا ٿيندي آهي. اِنهي سان من ۾ مٿي چڙهڻ جي طاقت ٿي
اچي. گويا برهه يا فراق ئي طاقت ٿا ڏين. جڏهن آتما
مٿي چڙهي وڃي ٿي ته پوءِ مندر، مورتون، ورت وغيره سڀ
ڇٽي ويندا ڇاڪاڻ ته اِهي سڀ ڳالهيون من جي پيٽ آهن
جڏهن آتما مٿي وڃي ٿي ته پوءِ هنڪي سمُ، دم جي خبر پئي ته
اهي ڇا آهن؟ ڇاڪاڻ ته اِندرين کي روڪڻ ۾ من کي هٿ
هنڌ ٻهارڻ اوستائين ممڪن نه ٿي سگهندو، جيستائين ٽيسري ٽل
۾ پهچي من جا ٻاهر نڪرڻ جا سڀ رستا بند نه ڪيا ويندا.
من ۾ اُنهي سان گڏ آتما، ٽيسري ٽل کان هيٺ لهي، اِندرين جي
گهاٽ تي اچي. اُنهن کي طاقت ٿا ڏين ۽ پوءِ اِندريون وشيه وڪارن
ڏانهن ڊوڙن ٿيون. جهڙي طرح نهر جي (Head) شروعاتي
بند کان پاڻي ڪيترن ئي طرفن ندين واهن يا نالن رستي
ويندو آهي. جيڪڏهن اسين سڀ ناڪا يا ٻاهر نڪرڻ جا
رستا بند ڪرڻ چاهيون ته هرهڪ ڦاٽڪ کي جدا جدا بند
ڪرڻ ڏاڍو مشڪل ٿيندو. پر جيڪڏهن اسين هيڊ يعني
وڏي شروعاتي بند کي، بند ڪري ڇڏيون ته پوءِ سڀ نديا
واهه بند ٿي ويندا. اهڙي طرح ٽيسري ٽل وٽ وڃي
سچو دم يعني اندرين کي روڪڻ انهي ۾ اچي ٿو وڃي. نيم
۽ دم جو جنجال به اُتي پهچي ڪٽجي ٿو وڃي. اِنهي ڳالهه
کان پهرين گيان ڌيان زباني ڳالهيون آهن.

اُلي هرڪ چنڊ ۽ سج جي روشني الڳ، الڳ، قسمن جي آهي. اهڙيءَ دنيا جي صورت جي خيال سان ئي حرص وڌيو وڃي ٿو اُها ڪهڙي قسم جي دنيا هوندي.

مولانا روم پڻ چئو آهي:-

”آن جهان ذره ذره زنده اند، بذله سنجان وسخن گوينده اند،
بر درختان شڪر گويان برگ وشاخ،
ڪ زهي عالم و زهي عرصه فراخ.“

گرنٿ صاحب ۾ ذڪر آهي:-

”بڪي بن ٽيڪا ٽياگ ري، سڪٽي نام مها رس پيئو،
بن رس چاکي بدگئي سگلي، سکي نه هورت جيو
مان مهت سڀ سڪت هي ڪائي،
ساڌان داسي ٿيو.“

ماٿور سمجهون ٿا ته گورو صاحب جن، نام جي وس کي فقط اطلاحي طور مها رس ڪري بيان ڪيو آهي پر اها حقيقت آهي ته ذن آهڪ نام جو مزو، دنيا جي سڀني مزن کان بهتر آهي ۽ اهو مزو پائي من دنيا جي مزن کي لتو ڪري ڇڏي. جيسين هن کي اُنهي اندر جي آواز جو آنند نه ملندو ليسين دنيا جي لذتن کي هرگز ڇڏيندو. شهد جي رس کان سواءِ من هٿي ڪنهن ٻه رس سان قابو نه ايندو.

”گرو ني آب دينا پيد اگم ڪا،
سرت چلي لج ديش پرم ڪا.
بل پايا جب برهم ڌرم ڪا،
ڀڳڪن چونا ديرو حرم ڪا.“

جڏهن نام ملي ويو ۽ آلماشرڪ کي ڇڏي اڪين ۾ ڪلي لڳي لڳي ته پوءِ هيءَ دنيا هن کان وسري وئي. دنيا شڪ

پر اهو ڪيئن ملي؟

"ساڌ ملي ساڌو جني.

"گرو ملي جب ڌن ڪا پيدي،
ششيه برهه ڌر آئي،"

يعني شوق ۽ اُمنگ وارو شش هجي ۽ ڪامل مرشد هجي.
پوءِ جڏهن:-

"سرت شبد کي هوئي ڪمائي، تب من ڪڇ ٺهرائي."

پر من ڪهڙو هجي؟ اهو ڪپٽي ڪروڌي نه هجي. اُنهي ڌر ڌام سڪند ۽ ٽيهن ڪنڊن جي ڌن کي ڪو بهادر سورويهر سنت سپاهي پڪڙي سگهي ٿو. جيئن مولانا روم پڻ فرمايو آهي ته بزدل يا ڪمزور دل وارن جو اهو ڪم نه آهي. اهو ڪنهن پڪي ۽ مضبوط دل واري جو ڪم آهي. انهيءَ مان پوءِ ڪهڙو فائدو ٿيندو؟ فرمائين ٿا ته پوءِ هو ست لوڪ جي فتح جو سهرو ٻڌندو. ست لوڪ جي قلع جي ڪاهي سُن آهي. ڪاهي جي پار جيڪو ميدان آهي سو مهاسن آهي. اُنهي ڪان پوءِ ڀونر گفا جو ڦاٽڪ آهي. ست لوڪ جي ڪهڙي حالت آهي؟

فرمائين ٿا:-

"اديت ليلا عجب وهان ڪي،
ڪِرن ڪرن سورج درسائي."

يعني اُتي تمام عجيب حالت آهي. اُتي هڪ هڪ روشنيءَ جو ڪرڻو، هڪ هڪ سورج آهي. پير

"سورج سورج جوت نراري،
چندر چندر ڪوٽن ڇبي ڇائي."

رام جي معنيٰ آهي جو سڀ ۾ رمل يعني موجود آهي ؛ اهو ئي نام يا شبد آهي. اهو ئي نام من کي وس ڪري ٿو سگهي. اهڙيءَ طرح هڪ مسلمان فقير چيو آهي :-

" هم عالم پر هست از آواز. "

يعني سڄي دنيا آواز سان يعني شبد سان پيدا ٿي آهي. جڏهن انسان پنهنجي اندر شبد کي پرگهٽ ڪري ٿو، تڏهن هنکي اهو ٿو لڳي ته شبد رڳو منهنجي اندر ۾ نه پاڪ هرهنڌ موجود آهي.

سوامي جي مهاراج جن فرمايو آهي :-

" ڌن سن ڪرمن سمجهائي. "

يعني ڌن يا شبد کي ٻڌي من کي وس ڪريو. وڌيڪ فرمائين ٿا :-

" جوگي جگت ڪماوين اپني، گياني گيان ڪرائي،
تپسي تپ ڪر ٿاڪ رهي هٿن،
جتي رهي جت لائي. "

ڌياني مانسڪ ڌيان لڳائي ٿڪجي پيا. دنيا ودّيا پڙهي پڙهي رهجي ويئي پر ڪو به ساڌن ڪارگر نه ٿيو. مانسڪ ڌيان اهو تصور يا ڌيان آهي جو ڪجهرا ٿي مائٽ پنهنجي اشٽ ديوتا يعني رامچندر يا ڪرشن وغيره جي مورت جو ڌيان من ئي من ۾ ڪن ٿا. اهو به جڙ يا بي جان شيءِ جو ڌيان آهي، جنهن جو جيئري انسان تي ڪو به اثر ڪو نه ٿو ٿئي.

وري فرمائين ٿا :-

" اور عمل کا دخل نهين هي، عمل شبد لو لائي. "

إستول شرير مان نڪري سوکيم ديش ۾ پهچي ٿو پوءِ هميشه
لاءِ أستول ديش يعني هن دنيا مان ڇوٽڪارو ملي ويو.
انهيءَ ڪانپوءِ جنهن ابياس جي وسيلي آتما سوکيم ديش کي
طيءِ ڪري ڪارڻ ديش يعني برهم ۾ پهچي ٿو پوءِ هنکي
سوکيم سرير کان به ڇوٽڪارو ملي ويو. ڇاڪاڻ ته من برهم جو انش
آهي، انهيءَ ڪري من هتي برهم ۾ لين ٿي وڃي ٿو. پوءِ
آتما جڏهن پار برهم ۾ پهچي ٿي ته کيس من ۽ ڪارڻ شرير مان به
ڇوٽڪارو ملي وڃي ٿو. گويا آتما پار برهم ۾ پهچي من ۽ شرير
جي بندن کان آزاد ٿي وڃي ٿي.

جڏهن آتما اُن کان به اڳتي ست لوڪ ۾ وڃي جو هنجو اصلي
ڌام آهي ته پوءِ هنکي دائما مڪتي ملي وڃي ٿي، سنت مت
انوسار اهائي سچي مڪتي آهي جا اسانکي جيئري حاصل
ڪرڻي آهي ۽ نه موت کانپوءِ. هن سنسار ۾ منش جنم وٺڻ
جو اهوئي مقصد آهي.

٢- سچي دنيا ناسوت آهي ڇاڪاڻ ته اسان اُنهي نام
يعني شبد يا ناد کي ڇڏي ڏنو آهي. اهو شبد پنجن قسمن
جو آهي. جيتوڻيڪ شبد جي ڌارا هڪ ئي آهي جا ست لوڪ
مان اچي، ڪنڊن برهمنڊن کي بنائي، انسان جي روم
روم ۾ سمائي پيئي آهي. مگر پنجن ديش مان لنگهڻ ڪري،
هنجون پنج ڌنيون ٿي پيون آهن. جيسين شبد نه ماندو
جيسين اصلي پرمارٿ نه بڇندو. ڪيترا به ڪٽي لوهين ايڪ
ڪرلو، ولا پڙهو، گهر ڇڏي جهنگن ۾ وڃو پر جيسين شبد
ي نه پڪڙيندا تيسين مڪتي ۽ دائمي سک نه ماندو. اها
سان جي وس جي ڳالهه ڪانهي، پر اها اُنهي سچي سائينءَ
ي دات يا بخشيش آهي. هو ڪنهن کي نام دان ڏئي هن
نسار مان باهر ڪري ٿو ۽ ڪنهن کي هن پوساگر ۾ ئي رهڻ
ئي ٿو.

مڪتي

مڪتي ڇا آهي! ٻنهي ڀاڱن جدا جدا ڌرمن ۾ مڪتي جا
الڳ الڳ وچار آهن. مسلمان بهشت وڃڻ کي ئي مڪتي
ٿا چون. عام هندو سرڳ ۾ وڃڻ کي مڪتي
سمجهن ٿا. ٻئي ڌرمن وارا، نرواڻ پد کي مڪتي ڪوٺين
ٿا جو نرواڻ پد، سرگڻ برهم ۽ نرگڻ برهم جي وچ ۾ آهي.
اصل ۾ مڪتي نالو آهي ڇوٽڪاري جو. جيڪڏهن گهري
غور سان سوچينداسين ته توهانکي معلوم ٿيندو ته انسان ٽن شين
جو ميلاپ آهي - روح، من ۽ استول شرير. انهن مان هرهڪ
پنهنجي اصل نسل ۾ گڏجڻ چاهي ٿو ۽ جيستين اهو پنهنجي
اصل نسل ۾ نه ملندو تيستين هنکي سک نصيب نه ٿيندو.

اسانجو استول شرير پنجن تتن جو ٺهيل آهي. شرير جي
ڪٿي ڪيتري نه سنڀال ڪجي يا ان جي ڪيڏي به سار
لهجي، تڏهن به شرير ۾ ڪي نه ڪي بگاڙ ٿي رهندو.
جيستائين (موت ڪالپوءِ) هيءَ پنج تت پنهنجي اصل تتن
يعني مٽي، پاڻي، باهه، هوا، ۽ آڪاش ۾ نه وڃي سمائنا،
تيستائين هنکي ڪڏهن به آرام نه ملندو.

هن استول شرير اندر وري سوکشم شرير آهي. جڏهن اسين
ابياس ڪريون، من ۽ آتما کي نون دوارن کان مٿي اڪاگر ڪنداسين
جڙ ۽ چيتن (شرير جڙ آهي ۽ آتما چيتن آهي) جي ڳنڍ کوليندا سين
تڏهن اسانکي هن استول شرير کان ڇوٽڪارو ملندو. ڇاڪاڻ
ته مرڻ کانپوءِ، ڪنهن نه ڪنهن جونءِ ۾ جنم وٺڻو ٿو پوي،
پوءِ ڪٿي اها انسان جي جون هجي يا ڪا هيٺين جون هجي.
جيڏهن هڪ ڏينهن ابياس ڪري، جيتري چيتن شڪتي،

هن دنيا کي ڏسڻو نه آهي نه پوءِ اُنهن کي اکين جي ڪهڙي ضرورت آهي. جن کي دنيا جي ڳالهين جو جواب نه ڏيڻو آهي، تنکي زبان جي ڪهڙي ضرورت آهي. اهڙي طرح هٿ، پير، نڪ ۽ ٻين اندرين جو حال آهي. مطلب ته هي اکين جي هيٺ وارو ٻاڳو انسان جو شرير، هن اِستول دنيا ۾ ڪم هلائڻ واسطي ٺاهيو ويو آهي. اکين کان مٿي شرير جي حصي ۾، برهمنڊ ۽ روحاني ديش جو رستو آهي.

هائي اِنسان جو ڌيان هميشه ۹ دروازن ۾ ڀٽڪندو رهي ٿو. اِنسان کي گهرجي ته ڪنهن نه ڪنهن طرح سان، پنهنجي خيال کي، بدن جي هيٺين حصي کان ڇڪي، اکين کان مٿي کڻي اچي، جنهن لاءِ سمرن ۽ گوروءَ جي سروپ جو ڌيان تمام ضروري آهن.

جڏهن هيٺيون شرير خالي ٿيندو نه پوءِ بدن جڙ نه سمهيل معلوم ٿيندو ۽ ڌيان اکين کان مٿي وڃي روشنيءَ کي ڏسندو ۽ اُتان ٿي ناد جو آواز شروع ٿيندو جو روحاني منڊلن تي وڃڻ لاءِ هڪ ئي رستو آهي. جهڙي طرح هن اِستول ديش ۾ سڪ جي ڳولا ڪندي ٻ سڪ، تئو ملي اهڙي طرح اُنهن روحاني ديش ۾ دک جي تلاش ڪريو ته ٻ آهو نه ملندو.

جيسين پنهنجو رخ دنيا مان قيرائي، پنهنجي اصلي وطن سچکنڊ ۾ نه پهچندي تيسين اُنهيءَ کي ڪا سک ڪونه ملندو.

سنت مت ٻڌائي ٿو ته جنهن لوڪي سک کي نه پوءِ اکين جي متان ڳولا ڪرڻ جي برهم ۽ سنت لوڪ جو رستو آهي. اکين کان هيٺ سک نه آهي ۽ اکين کان مٿي دک نه آهي.

دنيا ۾ هرڪو سک جي ڳولا ٿو ڪري. مگر انهن ڪوشش جي ڪرڻ ڪانپوءِ به کنهن کي هن اِستول دنيا ۾ سک نه مليو آهي ڇاڪاڻ ته جتي ڪا شيءِ نه آهي، اُتي اُنهيءَ جي ڳولا ڪرڻ، پنهنجي وقت کي وڃائڻو آهي. هن دنيا ۾ ڪٿي به سک ڪونهي. اِنسان جو شرير، ڪل ڪائنات جو هڪ ننڍو نمونو آهي اِنهيءَ ڪري هن کي ڙنارائڻي ديهه ۽ اَشرف المخلوقات ڪري چيو ويو آهي ۽ اِهو چيو ويو آهي:-

”جو برهمنڊي سوئي پنڊي، جوکو جي سو پائي.“

هن جسم جي اندر سڀئي سرشٽي، سوکسم، ڪارڻ ۽ روحاني ديش موجود آهن. نه رڳو ايترو بلڪ سڀ سرشٽيءَ کي پيدا ڪرڻ وارو مالڪ به اِنسان جي ديهه اندر موجود آهي. جنهن کي به مالڪ سان ملڻو آهي، اُهو پنهنجي اندر ئي ڳولا ڪري ۽ ٻاهر نه ڀٽڪي.

هاڻي سوال اُٿي ٿو ته انسان جي شرير جي ڪهڙي ڀاڱي ۾ پرماتما جي تلاش ڪجي؟ اِنهيءَ جو جواب هي آهي ته شرير جا ٻه حصا آهن. هڪ اکين کان هيٺ ۽ ٻيو اکين کان مٿان. اکين کان هيٺين حصي ۾ ٩ دروازا آهن. جنهن گيتا ۽ ٻين هندو شاسترن ۾ به انجو ذڪر آيل آهي. اِهي ٩ دروازا هر ساهواري جيءَ اِستول دنيا سان تعلق جوڙڻ لاءِ آهن. جن کي

سِڪ

سڄي دنيا سڪ جي ڳولا ۾ آهي. مگر ڪير به نٿو چئي سگهي ته ڪيس ڪو سڪ مليو آهي ڇاڪاڻ ته جا شيءِ جتي آهيئي ڪانه اُها اُتي ڳولڻ سان به نه ملندي.

گورو نانڪ صاحب جن فرمايو آهي:-

"نانڪ دکيا سڀ سنسار."

يعني هن سنسار ۾ سڪ آهيئي ڪونه ۽ سڪ اِتي هئڻ به نه گهرجي. ڇاڪاڻ ته هر هڪ اِنسان وٽ ٽي شيون آهن. هڪ آتما، ٻيو مَن ۽ ٽيون شرير. شرير پنجن تتن جو ٺهيل آهي. جيستائين اِهي پنج تت، پنهنجي اصلي تتن ۾ جتان اُهي آيا آهن، اُنهن ۾ نه وڃي سمائجن تيستائين اِنسان کي شانتي نه ملندي ۽ اِهو سڀ موت وقت ٿو ٿئي.

شرير پنجن مان آهي. اِهو پڻ پنهنجي اصل کان، جتان اُهو آيو آهي، پاڙيل آهي. جيستائين اِهو مَن برهم لوڪ ۾ جو اِنهيءَ جو اصل نسل آهي، اُن ۾ نه وڃي سمائجي تيستائين اِنهيءَ کي شانتي ڪانه ملندي. اِهو مَن پنهنجي وطن کان پاڻهي دنيا جي پوڄن، خوشين ۽ دنيوي پيار ۾ سڪ ڳوليندو پيو رهيو آهي. زال سان پيار اُتس پر ڪجهه ڏينهن کانپوءِ اِنهيءَ لذت مان ڪيس مزو ڪونه ٿو اچي، دل کٽي ٿيو پوس. پوءِ هو پٽن ڌيئن، مال ملڪيت، ڌن دولت، حڪومت ۽ مان وڏائيءَ ۾ سڪ ٿو ڳولي پر ڪجهه وقت کانپوءِ اِهي هنڪي ڦڪا ٿا لڳن. مطلب ته جيستائين مَن برهم ۾ لين نه ٿيندو، تيستائين اِهو ... آتما سنت لوڪ مان آئي آهي، اِها ...

۽ آهي جنهن کي سهج اوستا ڪري ڄڻ اُن جا پار ڀڃڻ ڪان شروع ٿي، سڀ لوڪ ۽ عشر ٿي ٿئي. سنت مت سهج اوستا يعني دسواسي دوار کان شروع ٿئي ٿو. سهج اوستا بابت گورو گرنٿ صاحب ۾ گورو امرداس صاحب جن سهڻي طرح کولي بيان ڪيو آهي.

"سهج ملي، مليا پروان، نہ تس مرن نہ آون جان."

يعني سهج اوستا ۾ پهچي، انسان جو آواگون بند ٿي ٿو وڃي ۽ هو سچي صاحب وٽ قبول ٿو پوي. هاڻي سوال اٿي ٿو تہ اها سهج اوستا ڪيئن حاصل ٿئي؟ انهيءَ جو جواب آهي تہ سچي ستگوروءَ کان نام جو بند وٺي، هن جو حڪم مڃي، نام جي ڪمائيءَ سان ٿي سهج اوستا ملي ٿي.

ستگوروءَ جو پالڻ ڪرڻ ڇا آهي؟ جيڪو حڪم ستگورو ڏئي، سو مڃي انهيءَ موجب هلجي ۽ نڪي جيئن اسانجو من پنهنجي بذيءَ تنا عقل جي ساهميءَ ۾ ستگوروءَ جو حڪم لوڙيندو رهي. ڪڏهن ڪڏهن تہ اهو حڪم اسانجي عقل جي ساهميءَ ۾ ٺيڪ ۽ برابر لڳي ٿو، مگر ڪيترا دفعا اسين انهي حڪم کي پنهنجي ننڍ بڌيءَ جي ساهميءَ ۾ توري ڪان پوءِ انهيءَ ۾ ٺاس سمجهون ٿا ۽ هڪي هڪي يا تہ حڪم کي مڃون ٿا يا انهيءَ جي پيروي نٿا ڪريون. انهيءَ جو نالو ستگوروءَ جو حڪم مڃڻ ناهي.

کي ڦوکتا ڪري ڇڏيندو. اِنهي ڪري من کي وس ڪرڻ جي دوا فقط شبد يعني نام ئي آهي. اِن لاءِ ٻي ڪا به دوا ڪانهي.

- من رام نام دوارا ئي وس ڪري سگهجي ٿو. رام نام کان سواءِ باقي ٻيا جيترا به سادن آهن سي من کي قابو ڪري نٿا سگهن. ڪڏهن ڪڏهن ماڻهو 'رام رام' اکرن جپڻ کي ئي رام نام سمجهندا آهن.

گورو صاحب جن فرمائين ٿا:-

"سبد سرت سک اُپجي، پرڀ رالو سک سار."

سرت شبد ۾ لڳ سان ئي سک پيدا ٿو ٿئي يعني رام نام جو مطلب اکرن جو جاپ ڪين آهي بلڪ سرت کي شبد سان جوڙڻ آهي.

۴- سڀ اُپاءِ ماڻهو شرير جي ۹ دوارن ۾ رهن ٿا، جي آهن، ٻه اکيون، ٻه ڪن، ٻه ناسڪائون، وات ۽ هيٺ ٻه اِندرين جا سوراخ. شرير جا اِهي سڀ دوار، روح جو ٻاهرين دنيا سان سنبڌ رکڻ لاءِ آهن. پر اکين جي مٿان وارو دروازو (دسوان دوار) پرماتما سان سنبڌ رکڻ لاءِ آهي.

جيستائين من ۹ دوارن ۾ آهي، تيستين هو اِنهن ٽن حالتن مان ڪنهن نه هڪ حالت ۾ رهي ٿو، جي حالتون آهن ستوگڻ يعني شانتي، (Tranquility) رجو گڻ يعني چستي (Activity). اُنهي وقت من نه رڳو پاڻ چست يا ڪم ۾ لڳو پيو هوندو آهي بلڪ ان سان گڏ شرير به چست رهندو آهي. ٽين حالت آهي تمو گڻ يا گهري ننڊ (Inactivity). اِنهن ٽنهي حالتن کان سواءِ ٻيون ٻه حالتون آهن، جن کي مهاتمائن پرڪاشيون ڪري سڏيو آهي. پر اِنهن سڀني حالتن کان ٻري، هڪ چوٿين حالت

نه ڏيڻ جو، ٻين مٿس ساڌ سنگت جي سيوا ڪرڻ ۽ اڳين ٻڌ پڙهي سمرن ڪرڻ، اهو ئي سڀ کان بهتر طريقو آهي.

٣- مالڪ وڏو انسان کي ئي ملي سگهي ٿو. هو ديوين ديوتائن ۽ فرشتن کي به نٿو ملي. انسان کي به پهنجي اکين کان مٿي ڌيان ڄمائڻ سان ئي ملي سگهي ٿو. هن رستي ۾ جيڪڏهن ڪا رڪاوٽ آهي ته اها من جي ئي آهي. من لذت جو عاشق آهي. سوادن ۽ لذتن جي پويان ڊوڙي هو چنچل ٿي پيو آهي. ڪنهن نه ڪنهن لذت لئي هنڪي هر ته آهي. جيڪڏهن ڏهه ڏيهن زال سان پيار نٿو ڪري ته وري زال مان ڪڪ ٿي، ٻين ڏيئن کي پيار لو ڪري. پوءِ وري هو ملڪيت ۽ دولت ۽ جائدادن کي پيار لو ڪري ۽ پوءِ حڪومت ۽ مرتبي سان پيار ٿو ڪري. ٽنهن کان پوءِ وري هاٿي گهوڙن سان دل ٿو لڳائي. دنيا ۾ ڪا اهڙي لذت ڪونه آهي جنهن سان هنجو پيار هميشه لاءِ لڳو رهي. روح من جي آڌين آهي. جڏانهن به من ٿو وڃي آتما به اوڏانهن من سان گڏ ٿي وڃي. جيڪڏهن من کي دنيا ۽ دنيا جي سامان سان پيار نه هجي ته پوءِ آتما هڪدم سچ لوڪ ۾ اڏامي وڃي.

اهو من آهي جنهن آتما کي هتي دنيا ۾ ٻڌي رکيو آهي. انهيءَ ڪري سَتسنگ جو مقصد آهي من کي سمجهائڻ بجهائڻ. جڏهن من سمجهي ويندو ۽ دنيا مان هٽي هڪ جتو ٿي اکين جي پٺيان ايندو ته پوءِ روحاني سفر شروع ٿيندو. جڏهن سفر شروع ٿيو، ته ڏهن شبد جو اکين جي وچ ۾ گونجي رهيو آهي، اهو من ۽ روح ٻنهي کي چڪي مٿي وٺي ويندو. انهيءَ وقت من پاڻ کان پاڻهي جولدو ته ها! اهاڪي شيءِ هئي جنهن جي مان ڳولا ۾ هوس. من شبد جي لذت وٺي، دنيا جي لذتن

جيڪڏهن سچيءَ دنيا ۾
...تي ترقي جا واڌارو ٿيندو آهي. ته سمرن جي
...آهستي ٿل ڏسڻ وارو مارگ جا رستو آهي
...تي آتما کي شرير کان الڳ ڪرڻ جو مارگ آهي.
...ستي اڪثر ڪرڻ نه گهرجي ۽ نه گهبرائجي انهي کي
...هيءَ ۾
...ڏڻ گهرجي.

...ر پڳتي پوڙهه پلئو ڪري، ڌيرج ڌري جو ڪوئي،
ڪامري،
جيون جيون پيچي هوئي."
ڏيون ڏيون گروي

دنيا سان فائدو
يعني اهو پڳتي مارگ آهي. انهيءَ ۾ دنيا کي ڇڏڻ تا
تو ٿئي. ڪيترائي ماڻهو گهبرائجي هن مارگ کي ڇڏي هن رستي ۾ لڳن ٿا
ڏسڻ ۽ جيڪي ماڻهو گهر بار ڇڏي، ڏسڻ جو خطرو ٿو رهي. هي
انهن لاءِ به گهبرائجي ڇڏي ڏسڻ جو ڪم آهي. جيڪو من ڪيترن ئي
ورهين جي محنت جو ڪم آهي. اٿ وانگر ڄاڻ پڪڙڻ جو عادي
چمن کان ونئي، بي مهار اٿ وانگر، سمجهائي ٻجهائي هڪ
تي وڃو آهي، انهي کي ڦيري گهيري، گرهست ۾ پنهنجي سمرن جي
هندو بهارڻ ڪا سولي ڳالهه ڪانهي. ۾ پاڇي تي ويجهي ۽ رات ج
نا اميدي دنيا جي ڪم ڪار ۾ پنهنجي سمرن ۾ لڳي ٿو وڃي
دنيا جي ڌانڌن اڪان تنگ ٿي، من وڏو بوجو ڄاڻي ٿي پوي. سن
مگر لياڳ ۾ مايوسي هڪ لنهنگري لياڳي انسان ڇاڏي گهبرائجي
مت جا نيم اٽل آهن لاءِ ضروري آهي جنهن کي دنيا
وڃي. لياڳ، ته انهي جا مزو اهندو هجي
ڪاروبار کان پوءِ پنهنجي سمرن ۾ رس ته سچو وقت ايهاس
اها ضرورت محسوس ڪندو هجي ۽ اهڙو ماڻهو هزارن ۾ ڪو هڪ
ٿي ڏسڻ بهتر ٿيندو. به اها هدايت تو
لياڳي سادن کي

آهي بن سچائي اِها آهي ته منش کي ه پنهنجي اندر، پنهنجي اکين جي پوپٽن وچ لي من ۽ آتما کي جکڙيءَ سان اکاگر ڪري، شبد يعني آڪاش واڻيءَ کي پڪڙڻ سان ٿي پرماتما ملندو.

ا- سنت چون ٿا ته جيڪڏهن هن سرشٽيءَ جو رچندڙ سڀ ۾ موجود آهي ته پوءِ انسان جي اندر ئي هن جي ملڻ جو رستو آهي ۽ شرير جي سڀ کان مٿين پاڪيزه يعني مٿي جي چوٽيءَ ۾، هن جي رهڻ جو هنڌ آهي. سو پرماتما کي ماڻڻ جو رستو انسان جي شرير اندر ئي آهي. اکين کان ولي مٿي جي چوٽيءَ تائين وڏا وڏا روحاني منڊل اچن ٿا. هر هڪ دنش ۾ آواز پيو اچي. جنهن کي سنت مهاتمائن شبد، حڪم، امرت، ڪلمو، آڪاش ڪتا، گرباڻي وغيره جهڙا نالا ڪيو آهي.

سڀ سنت گورو نانڪ صاحب، شمس تبريز، خواجه حافظ، پلٽو صاحب، دادو صاحب، ڪبير صاحب اِهائي تعليم ڏين ٿا. هر هڪ ڌرم جي بنياد ۾ اهو نئين اصول ڪم ڪري ٿو. فرق رڳو اهو آهي ته ڪنهن مذهب ڪيسائين انهي شبد جي کوج ڪئي آهي. شبد ته سنت لوڪ کان ولي هن مايا جي دنش تائين، هڪ ئي ساڳيو آهي پر پڙهن جدا جدا دنش مان لنگهڻ سبب، انهي جون پنج جدا جدا حالتون ٿي پئون آهن. گهٽ مذهبن فقط پهرئينءَ منزل تائين ئي شبد جي کوج ڪئي آهي. ٻيون ٻين، ٻن منزلن تائين کوج ڪئي. پر سنتن اُن جي مڪمل کوج ڪئي آهي ۽ اُهي ته ڌام تائين وڃي پهتا آهن، جنهن کي هو اَنامي يا راڌا سوامي ڌام ڪري چون ٿا.

٣- سنتن جو رستو سهج لوڪ جو آهي. اُهي ۾ آهستي

يعني چوراسي لک جونين ۾، منش ئي سڀ ۾ اُتم آهي. اها وڏائي ڪهڙي آهي؟ اها آهي، **مالڪ سان ملڻ جي طاقت**. ٻيون پکي نه ڇا پر ديوتائون، جن کي اسين وڏو ڪري ٿا ليکيون، سي به پرماتما کي پائي نٿا سگهن. آهي ديوتائون، اهو چاهين ٿا ته اسان کي منش جنم ملي جو اسين مالڪ جي ڀڳتي ڪري، مالڪ سان وڃي ملون.

"اِس ديهي کو سمرهه ديو،
سو ديهي ڀج هر کي سيو."

هاڻي سوال ٿو اٿي ته آخر ديوتائون ڪير آهن؟ سمجهائين ٿا ته جن ماڻهن منش جنم پائي سٺا ڪرم ڪيا، دان پُن، جپ تپ، ڀوڳ آچار وغيره ڪيا مگر نام يعني شبد جي ڪمائي نه ڪئي، اهي سرڳ ۾ پنهنجن شڀ ڪرمن جو ڦل ڀوڳي رهيا آهن. انهن کي انهيءَ ڦل ڀوڳڻ کانپوءِ هن مرت لوڪ ۾ اچي جنم وٺڻو پوندو. پر اهو ضروري نه آهي ته ڪو انهن کي انسان جو چولو ملندو. اها ڳالهه هنن جي ڪرمن تي منحصر آهي. ها، حضور مهاراج جن فرمائين ٿا ته سرڳ جي ڦل ماڻڻ کان پوءِ انهن کي منش جنم ملي ٿو.

چوٿين سچائي اها آهي ته انسان کي جڏهن به پرماتما ملي ٿو ته پنهنجي اندر ئي ملي ٿو. ٻرڇن، پهاڙن، مندرن، مورتن، پوٿين، تيرٿن ۾ پرماتما ڪين ملندو. جيڪي به پرماتما مليو آهي يا جيڪي به ملندو، پنهنجي اندر مليو آهي ۽ اندر ئي ملندو.

"اِس گفا مهه اکٽ ڀنڊارا،
تس وچ وسي، هر الک اپارا."

حڪم، هدايتون ۽ رستا

سنت مت ڇا آهي؟

سنتن مهاتمائن محنت ڪري، پنهنجو روحاني سفر پورو ڪري ڪجهه سچايون بيان ڪيون آهن، جي ويچار ڪرڻ لائق آهن.

اول ته پرماتما آهي. سڄي رچنا جو ناهڻ وارو ڪو ضرور آهي. اهو ڪرتا پرش آهي.

ٻي حقيقت اها آهي ته اهو پرماتما ڪڏهن بدلجي نٿو، پر ٻيا رچنا، جن ناهي آهي اها هر گهڙيءَ بدلجندي رهي ٿي. ساهوارا ته جلدي جلدي ڄمندا ۽ مرندا رهن ٿا، پر ڪاٿهن مان ڪونيل شيون جهڙوڪ، ڌاتو يا پٿر ۾ به بدل سدل تبديلي رهي ٿي. انهيءَ ڪري اُن ڪرتا پرش کي،

”آد سچ جگاد سچ، هئي ڀي سچ، نانڪ هوسي ڀي سچ.“

چيو اٿن؛ يعني اهو هڪ ئي حالت ۾ قائم رهي ٿو. سچ معنيٰ جو سدائين قائم رهي. هتي ”سچ“ جو مطلب ڳالهائڻ ناهي.

ٽين سچائي، سنتن اها بيان ڪئي آهي ته فقط انسان ۾ لياقت ۽ طاقت آهي ته هو پرماتما سان وڃي ملي سگهي. انهيءَ ڪري مسلمان فقيرن انسان کي، اشرف المخلوقات ڪري سڏيو آهي. هندو مهاتما هن کي 'نر نارائڻي ديهه' ڪري چون ٿا. گرنٿ صاحب ۾ لکيل آهي:-

”لک چوراسي جون سبائي،
مانس ڪو پرڀ ڏي وڏيائي.“

پتني نہ روح سان سدائين گڏ رهڻ گهري ٿي ۽ جيڪو جواب روح هنڪي ڏنو سو چرچو ڪري ٿي سمجهي.

"آئي آگيا پر هو بلائيا، نہ ڏن پڇي نہ متا پڪائيا."

جڏهن مالڪ جو حڪم روح جي واسطي آيو، تڏهن هن نہ روح پتنيءَ کان پڇيو ۽ نڪي ساٿس ڪا صلاح ڪئي.

اُٺ سڏائيو چتر ماتي، ديک نانڪ مٽن مها سا هئي.

بلڪ پتي اُتي پڇو ۽ شرهر ڪي منيءَ جي طرح چڏي ويو. ڏسو! اِهو سڀ ڪوڙو لاڳاپو هو.

اڳيان وڌيڪ چون ٿا:-

جس سر پاؤ پيا گل خاص هئي.

پوءِ مالڪ خوش ٿي روح کي سروپا بخشي.

دهن ڪهي لڙ وس مَن نالي،
برين سڪ داسي بال گوپالي.

استري پتيءَ کي چئي ٿي ته تون مون سان ٿي گڏ رهه.

لجهي بنا هون ڪٿ هي نه ليکي،
وچن ديهه ڇوڙ نه جاسا هئي.

پتني جوي ٿي ته توکانسواءِ مولکي ڪير پڇندو الڪري تو مون سان واعدو ڪر ته تون مولکي ڇڏي نه ويندين.

پر ڪهيا هون حڪمي بندهه،
اوهه يارو ٺاڪر جس ڪان نه چندا.

روح جواب ڏنو ته مان مالڪ جي حڪم ۾ بندل آهيان: چاڪاڻ ته هو وڏو زبردست مالڪ آهي ۽ ڪنهن جو زبردست ناهي.

جچر آکي تچر تر سنگ رهنا،
جا سدي تان اٿ سڌا سا هئي.

جيترو وقت مالڪ جو حڪم هوندو، اوتري ديہر مان توسان گڏ رهندس. جڏهن هو مولکي سڏيندو ته مان حڪدم هليو ويندس.

جو پيا بچن ڪهي دهن ساچي،
دهن ڪڇ نه سمجهي چنچل ڪاچي.

حڪا ڳالهه پتي پتنيءَ کي جوي تو، اها ڪچي ۽ چنچل پتني اصل سمجهي ٿي نٿي.

بهور بهور پر هي سنگ مانگي،
اوهه بات جاني ڪر هاسا هئي.

پتني نہ روح سان سدائين گڏ رهڻ گهري ٿي ۽ جيڪو
جواب روح هنکي ڏنو سو چرچو ڪري ٿي سمجهي.

"آئي آگيا پر هو بلائيا، نہ ڏن پڇي نہ متا پڪائيا."

جڏهن مالڪ جو حڪم روح جي واسطي آيو، تڏهن هن نہ
روح پتنيءَ کان پڇيو ۽ نکي ساٿس کا صلاح ڪئي.

اُت سڏائيو چنڊر ماتي، ديک نانک متّن مها سا هوءِ.

بلڪ پتني اُتي پڳو ۽ شريـر کي مٽيءَ جي طرح ڇڏي ويو.
ڏسو! اهو سڀ ڪوڙو لاڳاپو هو.
اڳيان وڏڙڪ چون ٿا :-

جس سر پاؤ پيا گل خاص هنّي.

پوه مالڪ خوش ٿي روح کي سروپا بخشي.

دھن ڪي لؤ وس مٿن نالي،
پريہ سک داسي بال گوپالي.

استري پتيءَ کي چئي ٿي ته تون مون سان ٿي ڳالهه.

لڄهي بنا ھون ڪٿ ھي نہ ليکي،
وچن ديھہ چوٻ نہ جاسا ھي.

پتني چوي ٿي ته توڪاسواءِ مونکي ڪو پڇندو الڪري تو مون سان واعدو ڪر ته تون مونکي ڇڏي نه ويندين.

پر ڪھيا ھون حڪمي بندھ،
اوھہ يارو ناڪر جس ڪان نہ چندا.

روح جواب ڏنو ته مان مالڪ جي حڪم ۾ ٻڌل آھيان، جاڪاڻ ته ھو وڏو زبردست مالڪ آھي ۽ ڪنھن جو زبردست ناھي.

جچرآ ڪي تچر تم سنگ رھنا،
جا سدي تان أٿ سدا سا ھي.

جيترو وقت مالڪ جو حڪم ھوندو، اوتري دير مان توسان گڏ رھندس. جڏھن ھو مونکي سڏيندو ته مان ھڪدم ھليو ويندس.

جو پيا بچن ڪھي دھن ساچي،
دھن ڪڇ نہ سمجهي چنچل ڪاچي.

جيڪا ڳالهه پتي پتنيءَ کي چوي ٿو، اھا ڪچي ۽ چنچل پتني اصل سمجهي ٿي نٿي.

بھور بھور پر ھي سنگ مانگي،
اوھہ بات جاني ڪر ھاسا ھي.

جيڪا ٻ شيءِ ڪنوار گهري ٿي، هنجو پتي اُنهيءَ جي
ڳولا لاءِ هيڏانهن هوڏانهن ڊوڙي ٿو. جيڪي ٻ هنکي هٿ
ٿو لڳي سو هو ڪنوار اڳيان آڻي رکي ٿو.

ايڪو وسٿو ڪو پهچ نــہ ساڪي،
دهن رهتي ڀـوک پياسا هيءِ.

پر اُيان هڪ شيءِ ڪنوار کي ملي ٿي مس، ۽ اُهيءَ شيءِ
جي هوءِ گهر ٿي ڪري. يعني دنيا ۾ ڪو ٻ اهڙو اِنسان نہ
آهي جو چوي ۽ منهنجون اِڇائون پوريون ٿي ويئون آهن.

دهن ڪري بنؤ دوئُو ڪر جوري،
پريہ پرديس نہ جاهو، بسو گهر موري.
ايسا بنج ڪرهو گرهہ ڀيتر، جت اُتري ڀوک پياسا هيءِ.

ڪايا روپي اِستري، ٻئي هٿ جوڙي، روح کي وينتي
ڪري ٿي ته اي پيارا! تون پرديس نہ وڃ. منهنجي گهر ۾
ئي رهہ ۽ اهڙو ڪاروبار ڪر، جنهن ۾ منهنجون سڀ ڪامنائون
پوريون ٿي وڃن.

”سـگـاي ڪرم ڌرم يـڪ ساڌا،
بـن هر رس سک ڌـل نهي لاڌا.“

گورو صاحب جن فرمائين ٿا تہ سڀ ڪرم ڌرم ماڻهن
ڪيا، پر اُنهن کي سچو سک نہ مليو.

ڀئي ڪرپا نانڪ ستسنگي، ڌو دهن پر آنند اُلاسا هيءِ.

جڏهن ستسنگ کين پراپت ٿيو، تڏهن اُهي پتي پتني
خوش ٿيا.

دهن آنڌي پر چتر سيانا، پنچ ڌت ڪا رچن رچانا.
جس وکر ڪو ڌم آئي هو، سو پائيو ستگر پاسا هيءِ.

ٻاڻي ٽري گورو گرنٿ صاحب جي

راڳ مارو سوهلي - محلا ۵

سنگي جوڳي نار لپٽائي، اُرجهه رهي رنگ رس ماڻي،
ڪرت سنجوڳي سيئي اِڪترا، ڪرتي ڀوڳ بلاسا هي.

گورو صاحب جن فرمائين ٿا ته هيءَ ڪايا (شرير) ۽ آتما ٻئي ڄڻا، ڪرمن جي مطلب ڪري، ٻڌجي هڪ ٻئي سان جڙيا پيا آهن ۽ ٻئي ڄڻا ڀوڳ ولاس ۽ خوشيون پيا ڪن. آتما کي جوڳيءَ سان ڀيٽ اِنهيءَ ڪري ڪئي آهي ته جيئن جوڳي رمتا رام هوندو آهي يعني اڄ هڪ جڳهه تي ته سڀاڻي وري ٻي هنڌ، جنهن ڪري نه هڪ شهر يا بستيءَ ۾ من نه لڳندو اهي. اهڙي طرح آتما، جوڳيءَ وانگر ڪڏهن نه هڪ شرير ۾ جُڙي سان لڳي رهي ٿي، جدا جدا شريرن ۾ ڦرندي ٿي رهي.

جو پرڀ ڪري سو ڌهن گت مانــي،
پرڀ ڌهنهه سيگار رکي سنگا ني.

جيڪي روح ڪري ٿو تنهن کي ڪايا روپي ڪنوار لبڪ سمجهي ٿي ۽ جنهن پتي يعني روح هنکي خوب سينگاري ڇاهي، ٻاڻ سان گڏ رکي ٿو.

مل اِڪٽر وسهه ڏن راتي، پريئو دي ڌهنهه دلاسا هي.

ٻئي راس ڏينهن گڏ ڪٽا ٿا رهن ۽ پتي ڪنوار کي دلاسا ڏيندو رهي ٿو.

ڌهن ماڳي پريو ٻهوبڌي ڏاوي، جو پاوي سو آن ڏکاوي.

ٻاڻي شري گورو گرنٿ صاحب جي

راڳ ٽوڊي - محلہ ۵

ڪرپا ڪندي رديءَ ٻسھو ھر نيت،
ڪيسي ٻڌي ڪرھو پرڳاسا، لاڳي پريت سنگ پريت.

سڀئي سالين ڪان اھو نہ گھر تہ مونکي شاھوڪار ڪر، مونکي اولاد ڏي يا مونکي ھر روز منھنجي روزي ڏي؛ ڇاڪاڻ تہ اھي سڀ شيون، پرالبڌ موجب ضرور ملنديون. اُنھن کي ڪير بہ گھٽائي وڌائي ڪين سگھي.

گورو ارجن صاحب جن فرمائين ٿا تہ اي پرماتما! منھنجي ھردي ۾ واسو ڪر؛ مونکي اھڙي ٻڌي بخش جنھن جي ڪري، منھنجو پريم تنھنجي چرنن ۾ لڳو رھي.

داس تھاري ڪي پاؤن ڌورا،
مستڪ لي لي لائون،
مھا پتت تي ھوت پنيتا، ھر ڪيرتن گن گاؤن.

ھري ڪيرتن ڇا آھي؟ اھو آھي شبد کي ڳائڻ.

آڳيا تھري ميٺي لاڳو، ڪيو تھارو ڀاوڻو،
جو تون ديھي ڪيھي، ايھو ترپتي آن ڪتھو ڌاوڻو،

جيڪي تون ڪرين سو شل مونکي مٺو لڳي يعني مان تنھنجي ڀاڻي ۾ رھان؛ جيڪي مونکي ملي ٿو آھي ان ۾ شاڪر ٿي سان رھي گذارو ڪريان.

لائين چوندا آهن ته اُهي پرديسي آيا آهن. اهڙي طرح سڀئي جيو پنهنجي ديش کان هن فاني دنيا ۾ گهوارن وانگر آيا آهن ۽ هو کيل تماشا ڪري هليا ويندا، جيئن بازيگر کيل ڏيکاري هليو ويندو آهي ۽ جهڙي طرح رات جو اِنسان سپني ۾ پيو اُٿرڪندو آهي. اِها حالت هن دنيا جي آهي.

جيپ رسائين ساچي راتي، هر پريپ سنگي پؤ نه پراتي،
سرؤن سرؤت رجي گرباني، جوتي جوت ملائي هي.

زبان اندر جو سواد تي وتي ۽ آتما شبد ۾ مست تي مالڪ جي سنگ ۾ رهي، جنم مرڻ ۾ نٿي اچي ۽ ڪن جڏهن گوروءَ جي باڻي ٻڌن ٿا ته پوءِ آتما پرماتما ۾ لين ٿيو وڃي.

رک رک پير ڌري پؤ ڌرنا،
جت ڪت ديکون تيري سرنا،
دک سک ديهي تو هي من ڀاوهه،
تجهه هي سيون بن آئي هي.

هت هن دنيا ۾ سنڀالي پير کڻ ۽ مالڪ جو خوف ڪر سنڀالي وقت گذار.

آنڌ ڪال ڪو بيلي ناهي، گرمکه جاتا تڌ صالاحي،
نانڪ نام رتي بيراگي، نج گهر تاڙي لائي هي.

آلما ماءَ جي وسط ۾ پيءُ جي ويرهه مان لنجل شرير پيري جنهن ۾ جيون ٻه آيل آهي سا مالڪ وٽان آيل آهي.

ڪڇه هي ڪيا جن مرنا، ڪوئي سمجهه پڙي ڪيا ڊرنا.
ڪون ديال ديا ڪر ديکه،
دک درد سرير هو جائي هي.
نج گهر بيس رهي پوڪا ئيا، ڦاوت راڪي ناڪ رهائيا.

پنهنجي شرير ۾ من کي هڪ هنڌ مالڪ جي پيرن ۾ رکڻ گهرجي. جي من کي پنهنجي اندر روڪبو ته ڪيئن ڀانڊو ڀڃندو؟

ڪمل بگاس هري سر سيو، آلم رام سکائي هي.

يعني ڪمل ٽڙي پوندو ۽ پرماتما جو سڀ ۾ وياپڪ آهي سو مدد ڪندو.

مرن لکائي منڌل مهه آئي، ڪيون رهيئي چلنا پڙتائي.

جڏهن ته هن مرت لوڪ ۾ آيو آهي سو مرت لکائي آيو آهي. اهو هت هميشه لاءِ ڪيئن رهي سگهندو؟ دنيا مان لڏڻ، لکيت آهي.

سچا امر سچي امرا پور، سا سچ ماي وڌائي هي.

سچي سائينءَ جو شبد ۽ هن جو لوڪ سدائين قائم آهي ۽ شبد رستي ئي هن جي درگاهه ۾ عزت ملي ٿي.

ايتي گوڪلڙا دن چاري، کيل تماسا ڪندو ڪاري.
بازي کيل گئي بازيگر، جيون نس سپني پکلائي هي.

جڏهن ٻوڙن، گاين ۽ مينهن، ٻڪرين وغيره جي پالنا وارا، برسات نه پوندي آهي ته پوءِ اهي ٻڪرين، مال، ملهون کڻي سرسبز ديس ۾ مال چارڻ لاءِ ويندا آهن ته ماڻهو

پاڙي شري گورو گرنٿ صاحب جي

راڳ- مارو- محلہ ا

دوجي درمت آنهي بولي، ڪامڪروڌڪي ڪچي چولي.

يعني هيءَ آتما شبد ڪسي ڇڏي، من سان مائي، پُرمن ۾ پُهچي وئي. نتيجو اهو ٿيو جو هنکي ڪام ڪروڌ جو چولو پاتڙو پيو.

گهر ور سهج نہ جاني چوهري، بن پر نيند نہ پائي هيءِ .

هن اَلڙ ۽ بي سمجهہ ڇوڪريءَ پنهنجي پتيءَ کي، گهر کي ۽ سهج اوستا کي وساري ڇڏيو. پوءِ پتيءَ کانسواءِ سک ڪيئن ملندس ؟

اَنتر اَگن جلي پرڪاري، منمک تکي کندان چاري ،

بن ستگرو سيوي ڪيو سک پائيي ،

ساچي هاٿ وڏائي هيءِ .

هن نادان ڇوڪريءَ جي اندر ۾ باهہ پيئي ٻرڪي ۽ هيءَ من جو غلام ٿي يعني من جي چئي هلي، چئني طرفن سک جي ڳولا ڪري رهي آهي. مگر سک تہ ستگوروءَ وٽ وڃي، هن کان هدايت وٺي، اُنهي تي عمل ڪرڻ ۾ آهي ۽ اُنهي جو قبل، اُنهي سچي جي هٿ ۾ آهي يعني شبد جي وس ۾ آهي. سچو يعني شبد، جو بدلجي نٿو.

مان ڪي رکت، پڻا بند ڏارا،

مُورت سورت ڪر آپارا ،

جوت داٿ جيئي سب ليري، تو ڪرتا سب تائي هيءِ .

ناهو پلي ڇوٽان ڪائي، بهت سياڻپ پرم نه جائي.

اهي خواهه ڪيتري به ڪٽي چترائي ڪن، پر هنن جا شڪ دور نه ٿيندا.

ٻيچ ٻيچ هُوئي اَچيت نه چيتئي، اجگر ڀار لدائي هي.

اهي هن دنيا جي ڌنڌن ۾ ڦاسي، غفلت ۾ اچي مري ٿا وڃن؛ پنهنجي سر تي پاپن جو ڳرو بار کڻيو ٿا وڃن، دنيا ۾ اهڙو ڪير آهي جو پنهنجي عقل کي ٻين جي عقل کان وڌيڪ ٿو سمجهي؟ ؛ اهڙيءَ ڪري هو بدمستائي ۾ وقت وڃائي ٿو ڇڏي.

اِڪ هٺ ڪر مرهه نه، قيمت پائي.
گت آوگت ڪي سار نه جاني،
بوجهي سبد ڪمائي هي.

ڪڏهن ڪڏهن ماڻهو ضد ۽ ڪاوڙ ۾ اچي آپگهات ڪري ڇڏيندا آهن. اهو سڀ اجايو آهي. اهڙن ماڻهن کي چڱي ڀلي ڪرم جي سمجهه نه آهي، شبد جي ڪمائيءَ کان سواءِ سمجهه نٿي اچي.

ڪو تيرٿ ڀيو ڪري، ڪو ورت ڀيو رکي ته ڪو تپ ڀيو ڪري. پر گورو نانڪ صاحب جن فرمائين ٿا ته شبد، يا رام نام، جو رام نام سڀ ۾ رميو پيو آهي، کان سواءِ ڪنهن جي مڪتي نه ٿيندي؛ اهو نام گوروءَ کان ملندو آهي. جيڪي گوروءَ جي سکيا تي عمل نٿا ڪن، اهي سڀئي رستي کان ڀلجي، ڀٽڪي رهيا آهن.

وري ڪندو رهي ٿو. جيتوڻيڪ ڪيترا ماڻهو ائين چوندا آهن ته ڀڳوان اسانجي مرضي پوري ڪانه ڪئي آهي ته پوءِ گورو نانڪ صاحب جن ڪيئن چيو آهي ته اُنهي مالڪ کي ڏيندي ڏيندي ڪابه ڪمي ڪاڏ ٿي ٿئي؟ تنهن جو جواب هي آهي ته دنيا ۾ ڪوبه اهڙو نه آهي جو چئي سگهي ته مالڪ منهنجون سڀ خواهشيون پوريون ڪري ڇڏيون. مگر گورو نانڪ صاحب جن جو واڪيه يا چوڻ بلڪل نيڪ آهي. جيڪي اسانجون اڇائون هن جنم ۾ پوريون نه ٿيون تين، سي اهنڌ جنم ۾ پوريون تين ٿيون. جيوڻيڪ اُنهن اڇائن کي پوري ڪرڻ لاءِ اهو ضروري نه آهي ته ڪو اسانکي انسان جو جنم ئي ملي. اِنهيءَ ڪري سنت فرمائين ٿا ته اسانکي اڇائن يا خواهش جي جڙ ئي ڪٽي ڇڏڻ گهرجي.

مالڪ کان، سواءِ مالڪ جي، ٻيو ڪجهه به نه گهرو. چاڪاڻ ته جيڪي به توهين گهرندا ته مالڪ توهان کي ڏيندو ضرور، پر تنهن لاءِ اِهو ضروري نه آهي ته ڪو هو توهان کي اِها ڳالهه هن ئي جنم ۾ ڏئي. جيڪي منمک آهن سي مالڪ جي بخشيش وٺن ٿا مگر اُهي مالڪ جي هستيءَ کان منڪر آهن يعني مالڪ جي هستي قبول نٿا ڪن. رڳو وات سان چون ٿا ته ڀڳوان آهي، اِهو چوڻ ڪجهه به معنيٰ نٿو رکي. اهڙا ماڻهو پنهنجن ڪرتوتن سان اِهو ثابت ڪرڻ چاهين ٿا ته ڀڳوان آهي ئي ڪونه.

اِن شبد کي گورو نانڪ جن نام ڪري سڏيو آهي:-

نام بنا ڪڇ ساد نه لاڳي، هر بسريئي دک پائي هُم.

شبد کان سواءِ ٻيا سڀ مزا ڦڪا آهن. لوڪن کي نام جي خبر نه آهي اُهي پرماتما کي وساري دک ڀوڳي رهيا آهن.

ٻاڻي شري گورو گرنٿ صاحب

راڳ ماروءِ، محلہ - ا

ساچي ميلي سبد ملائي، جا تس ڀاڻا سهج سمائي،
نـر ڀون جوت ڌري پرميسر،
اور نہ دوجا ڀائـي ھي.

يعني جڏھن کي اھو سچو مالڪ پاڻ سان ملائڻ چاھي ٿو
انھي کي شبد يعني آواز سان ھو ملائي ٿو ڇڏي. جي ھنجي
موج ٿي ته ٻيءَ اھڙو شخص شبد سان ملي، من ۾ مايا کان پري
جي حالت يعني سهج اوستا ۾ ھاجر ٿو وڃي.

جس کي چاکر تس کي سيوا،
سبد پتيجي الک ابيوا.
ڀگتان کا گن کاري کرتا، بخس لي وڊيائي ھي.

انسان جي جتي محبت ھوندي آھي انـي ھو نوڪر ٿي
شيوا ڪندو آھي. زال، ڌيءَ، ڌن، دولت، ھٽ، گهر
وغيره جي واسطي سڄو ڏينهن ھو ٻپو پٽڪي. مگر اھو مالڪ
جنهن جو ڪو به ثاني شريڪ نہ آھي، سو فقط شبد سان ئي
خوش ٿيندو آھي. ھو ٻھنجن ڀڳتن جا ڪارج ڪندو آھي ۽
دَيا ڪري انهن کي پاڻ سان ملائڻ جي عزت بخشيندو آھي.

ديندي توٽ نہ آوي ساچي،
لئي لئي مکر ٻوندي کاچي.

انھي سچي سائين کي اسانکي ڏيندي ڏيندي ڪا به ڪمي
ڪانہ ٿي ٿئي. جيڪا بہ اسانجي خواھش ٿي ٿئي، ھر اها

آتسي سگهندو ۽ جڏهن اُت هلندو ته سڌو نه هلندو پر هو منڊڪائي هلندو. پوءِ وري:-

ڌوبي گهر ڪي گڌا هوئيهو، ڪٽي گهاس نه پٽيهو،
لادي لاد آپ چڙهه بئٺي، لئي گهاٽ سي پهنچيو.

ڌوبيءَ جي گڏهه کي گهر ۾ گاهه ئي ڪين کارائين. ڌوٻي گڏهه تي ڪپڙن جون پڙيون رکي، اُنهن مٿان پاڻ ويهي گڏهه کي گهاٽ ڏي وٺي ويندو آهي. نه گڏهه جي ڪاڌي جو ڪو هن کي خيال آهي ۽ نه اِهو فڪر اٿس ته گڏهه تي ڪيترو نه ڳرو بوجهه آهي.

پنڇي مان تو ڪوا هوئيهو، ڪرر ڪرر گهرئيهو،
اُڙڪي جائي ميلا پر بيٺهو گهري چونچ گلهيئو.
ست نام ڪي ٽير نه ڪرهو، من هي من پڇتئيهو،
ڪهين ڪبير سنو ڀائي ساڌو، نرڪ نساني پيهو.

ڏسو! ڪبير صاحب ڇن ڪهڙن نه زوردار اکرن ۾ ٻاڌي ڇڏي، چوراسي لک جونين جو بيان ڪري رهيا آهن ۽ اِهو ڇڏي رهيا آهن ته هي سڀ ڏک ڇو ٿا ٿين؟ ڇاڪاڻ ته جڏهن جيو کي منش جو جنم مليو تڏهن هن نام نه جپيو.

وهڻ جي جاءِ يا آکيرو هوندو جتي ٻار وغيره جو لوڏي حملو
ليندو ۽ هو ليهجي هڪ تنگ پڇي چڙهندو جتي ڪري
لڪون هلي ڪين سگهندا ۽ نڪي اڏامي سگهندا. لڪون
ڪهاڙي تي ڦٽڪي مري ويندا.

بازيگر ڪي باندر هوئيهو، لڪڙي ناچ نچئيهو،
اُونچ نيچ سي هاٿ پسرئيهو، مانگي بيک نه پئيهو.

پوءِ بازيگر جي باندر جو جنم وٺي پيو لهندين. جڏهن بازيگر
جي اشاري تي تون ناچ ختم ڪري، اوچ يا نيچ ماڻهن اڳيان
هٿ ٽنگي پيو پنندين، پر گهرڻ تي به توکي بک، نه ملندي!
ڇاڪاڻ ته ڪيترا ماڻهو ته اهو تماشو ڏسي، ڪجهه ڏيڻ کانسواءِ
ئي هليا ويندا آهن.
وري پوءِ توکي ڪهڙو جنم ملندو؟

ٽيلي ڪي گهر بئيلا هوئي هو،
آنکن ڍانپ ڍپئي هو،
ڪوس پچاس گهوري مرچلي هو، باهر هون نه پئي هو.

پوءِ تون تيليءَ جي گهر ڏاندي جو جنم وٺندين ۽ تنهنجي
اکين تي ڪوپا ٻڌي توکي گهاڻي ۾ هلايو ويندو. گهاڻي ۾
ڦري تون پنجاهه ڪوهه هلندين پر گهر کان ٻاهر نه وڃي
سگهندين. پوءِ وري تون:-

پانچوان جنم اُونٽ ڪي پئيهو،
بن تولو بوجهه لدئيهو،
بئٺي سي تو اُٿي نه پئيهو، گهرچ گهرچ مرجهيئو.

اُٺ تي اهترو ته بار لڏيندا تا ته هي به هنجي مٿان رکيو
ته هو به رکيو. ڪير به اهو خيال نٿو ڪري ته اُٺ مشڪل

باڻي شري ڪبير صاحب جي

پڌيهو، دک پنا پڇن من ديواني،
پڇتئيهو، جنم سات پڌيهو، ڪـا پوت جنم پهـلا
جڌيهو. مـر هي پياسن پڌيهو، پاني پرلي ڪاسي

يعني آهي تيندي نہ پيانڪ يا ونڊرائيندڙ باڻي جي سنتن
اُچاريندا نہ باڻي لاءِ ڏيکارڻ يا ڪرڻ خوش ڪي ڪنهن سنت
سچي يعني آهي هوندي بنارت بلڪل باڻي جي اُنهن. آهن
آڪي. پيگهہ جو بولہ سو ساڪي، ساچي سن ڪي سنتن هوندي آهي.

سو تـا ڏسن سان اکين حال بہ جيڪو اندر پنهنجي سنت
ڪن تـا بيان حال ڏنو اکين جن صاحب ڪبير هاڻي. تا ڪن بيان
ڪرڻ نہ سمرن پڇن بہ جنم منش وساري، ڪي پرماتما اِنسان د
د پيرلن اڇي، هيٺ اثـر جي اپائن گندلن پنهنجن ڪري،
ٽڪايئرن ڪڙهن هـو اُني تـو. وڃي بہ جـُون جي پـُوت
ڪري نـو پورو اُني ڪي خواهشين پنهنجين هو ؟ ڏسي تو
هنڪي پاڻي اٽرو تـ لڳي تي اُڄ هنڪي جيڪڏهن. سگهي
ڏڳ يعني سگهي اچي تي چهنب جي ڪندي جيترو تو ملي
يعني! آهي پياس زبردست هنڪي هيڏانهن گهت، بہ ڪان ڦٽي
وڃي. مرلو تي پياسو هو نہ

لٽيهو، بسيرا بـاغ پڌيهو، ڪـا سُوئـا جنم دُوجا
گنوٽيهو، پران پڪڙ اوهہ منڊراني، باز پنڪ تـُوٽي

لنهنج تي وڻ ڪنهن ؛ ملندي جُون جي طوطي ڪي ...

ساڱي وسٽ پراپت ھوئي، جس سيون لائيا ھيٺ.
کھ نانڪ پراڻي چوٽي پھري لاوي آيا ڪيٺ.

جنھن ساڻ ھنجي محبت ھئي، ٻراڻي اُٺيءَ وٽ ھليو ويو. فصل ڪاڻڻ واري ٻني لٽي ڇڏي يعني ”جھان آسا ليان ٻاسا.“ ھي ان مثل ٿي ويو. شبد ٻڌو ۽ آنندآھي جو ٻوءِ ڏيا جوڻ ڪم ڪارڻون ڇڏيو ويٺو! ھيڪي ماڻھو گروءَ کي عرض ٿا ڪن ۽ اسانجو شبد ڪولي ڇڏيو، اھي اھو ٻڌا سمجھن ۽ شبد ڪلڻ ڪان ٻوءِ گرھست جو ڪم ڪير ڪندو؟

پوءِ وري ٻي ڦام شروع ٿــي ٿئي ؟ جڏهن ٻار جمي ٿو تـــ سڀ مٽ مائٽ هنکي هٿن سان کارائين ٿا ۽ اندر جو ڏيـسان جو هنکي ماءُ جي پيٽ ۾ هو، سو هي ڀاڄي ٿو وڃي. جيئن کرشن کي سندس ماتا ڀسودا، هٿن سان کـارائيندي هئي. مگر گورو صاحب جن فرمائين ٿا :-

چيت اَچيت موڙهہ من ميري ، انت نهين ڪڇ ٽيرا.

اي غـافـل من! تون جاڳـــ! آخر ۾ تنهنجو ڪجهہ به نہ آهي. جنهن لوڪي ناهيو آهي تنهن کي تون نٿو سڃاڻين ۽ هن کي وساري ڇڏيو اٿيئي.

جَياڻيءَ لي ٽئين ڏؤر ۾ تنهنجي محبت ڏن ۽ جوانيءَ سان ٿي وڃي ٿي. تنهن ڪري تون پرماتما کي ياد نٿو ڪرين.

” ٻڌا ڇٽي جت “، يعني جنهن سان تون ٻڌو پيو آهين، تنهن مان ڇٽڻ بجاءِ، تون هنجي مايا جي پنيان ڏيـوانـو ٿي پئين، ڏن ۽ جوانيءَ جي مستيءَ ۾ تو پنهنجي حياتي اَجائي بـربـاد ڪري ڇڏي. تو ڏرم يعني شبد جو سودو نہ ڪيو. ”ڪرم نہ ڪيتو من. “ اِنهي جو مطلب آهي تہ تو من کي پنهنجي وس ۾ نہ ڪيو.

چوٿي پهري رئن کي ونجاريا مترا لاوي آئيا کيت.

جيئن فصل ڪاٽڻ وارو فصل لڻڻ ايندو آهي ليئن موت جو فرشتو اچي ويو ۽ هن جيو کي پڪڙي وٺي ويو. ڪنهن کي بہ پتو نہ پيو تہ هو هنکي ڪٿي وٺي ويو. رشتيدار اهو پتو ڪن نہ تون ڪٿي وئين، ان جي بجاءِ تنهنجا مائٽ دنيا کي ڏيکارڻ لاءِ روئڻ ۾ لڳي ويا ۽ هڪ ڪن ۾ تون اَڪيلو رهجي وئين!

باڻي سري گورو گرنٿ صاحب

سري راڳ ـــ محلا ۱

هن دنيا ۾ سڀ انسان نام جو ڌن گڏ ڪرڻ لاءِ آيا آهن. پر ڪو ڪو گرمک ٿي، اهو ڌن گڏ ٿو ڪري، باقي اهي سڄيءَ دنيا جو اهو حال آهي ته انسان مالڪ جي حڪم مان ماءُ جي پيٽ ۾ اچي ٿو ۽ اتي ٺڪڄي تپ ڪري ٿو. چاڪاڻ ته ماتا جي پيٽ ۾ هو ۹ مهينا لائين لٽڪندو رهي ٿو. گويا هو مٿي ذڪر ڪري، تپسيا ڪري رهيو آهي.

انهيءَ وقت هو مالڪ کي وينتي ٿو ڪري ته مان پيٽ مان ٻاهر اچي هر سواس ۾، مالڪ! تنهنجو نام جپيندس. انهيءَ وقت هن جو ڌيان ٻئي لڳو رهي ٿو ۽ هن جي لِوَ جوت ۾ لڳي رهي ٿي.

نا هرجاد آئيا ڪل ڀيتر ڀوڙ جاسي ناگا.

جڏهن هو ماءُ جي پيٽ مان ٻاهر ٿو اچي ان وقت هو ذات پات ۽ خاندان جي مريادا يا رسمن کان آزاد هوندو آهي ۽ جڏهن هو مري ٿو تڏهن به اگهاڙو ٿي وڃي ٿو. جڏهن هو ماءُ جي پيٽ کان ٻاهر آيو تڏهن ڇا ليو؟ انهيءَ لاءِ فرمائن ٿا:—

جيسي قلم وُڙي هي، مستڪ تيسي جيئڙي پاس.

يعني جيڙو ورتالا هن جي مستڪ تي ليک لکي چڪو آهي، اهڙي جيو آتما کي ڀوڳڻو ٿو پوي. سنتن جي چوڻيءَ ۾ 'ڪرم بڌ آتما' کي جيو ڪري چوندا آهن. يعني آتما ڪرمن ۾ ڦاسي پيئي آهي. اها حالت هر هڪ جيو جي آهي.

"هلہ اي پري شب روُ ڪہ خلق نہ پديدي،
بخدا بهيچ خانہ تو چنين چراغ ديدي.
نہ زبا دها بميرد نہ زنم ڪمي پذيرد.
نہ زروزگار گيرد ڪهني يا قديدي."

يعني اي خوبصورت پري! تون جا اسانکي ڏسڻ ۾ نٿي اچي. توکي خدا جو قسم آهي تہ ڪٿي اهڙي ڪا جوت ڏٺي آهي جا نہ هوا سان وسامي ٿي؛ نڪي پاڻيءَ سان ٿي وسامي ٿي؛ نہ وقت گذرڻ سان اُها گهٽجي ٿي؛ نڪي پراڻي ٿي ٿئي.

باڻي شري پلٽوُ صاحب جي

ألٽا ڪنوان گگن مين تس مين جري چراغ ،
تس ۾ جري چراغ بنا روغن بن باتي ،
ڇي رت بارهه ماس رهت جرتي دن راتي ۔
ستگر ملا جو هووي تاهي کي نظر مين آوي ،
بن ستگر ڪوئو هوئي نهين واڪو در ساوي ۔
نڪسي ايڪ آواز چراغ کي جوتي ماهين ،
گيان سماڌي سني اور ڪوئي سنتا ناهين ۔
پلٽو جو ڪوئي سني تاڪي پوري ڀاڳ ،
ألٽا ڪنوان گگن مين، تس مين جري چراغ ۔

پلٽو صاحب جن فرمائين ٿا تہ هي انسان جو مٿو هڪ اُلٽو کوهہ آهي. اُنهي مٿي ۾ جيڪڏهن روح ٻاهر اچي اندر وڃي تہ هڪ هزار پنکڙين واري ڪنول ۾ جوتي سروپ ڀڳوان جو درشن لهندو. جنهن بابت ويد ۾ لکيل آهي:-

सहस्त्र शीर्ष पुरुष : सहस्त्राक्ष : सहस्त्रपात्

يعني اُنهي پرش کي هزار مٿا ۽ هزار اکيون آهن ۽ هزار پير آهن، جاڪاڻ تہ اُنهي جوت جون هڪ هزار شاخون آهن. اُها جوت ٻارهن ئي مهينا، بنا تيل جي ۽ بنا وٽ جي ٻرندي رهي. اُنهي جوت جي وچ مان هڪ آواز ٿو نڪري جنهن کي 'نام' چون ٿا. گروءَ ڪان سواءِ نہ جوت جو درشن ٿيندو ۽ نہ ڪي آواز ٻڌڻ ۾ ايندو. اُنهيءَ باري ۾ شمس تبريز فرمايو آهي:-

”هلہ اي پري شب رو کہ خلق نہ پديدي،
بخدا بهيچ خانہ تو چنين چراغ ديدي.
نہ زبا دها بميرد نہ زنم کمي پذيرد.
نہ زروزگار گيرد کهني يا قديدي.“

يعني اي خوبصورت پري! تون جا اسانکي ڏسڻ ۾ نٿي اچي. توکي خدا جو قسم آهي تہ ڪٿي اهڙي ڪا جوت ڏٺي آهي جا نہ هوا سان وسامي ٿي؛ نڪي پاڻيءَ سان ٿي وسامي ٿي؛ نہ وقت گذرڻ سان اُها گهٽجي ٿي؛ نڪي پراڻي ٿي ٿئي.

ٻاڻي شري پلٽوُ صاحب جي

اُلٽا ڪنوان گگن مين تس مين جري چراغ ،
تس ۾ جري چراغ بنا روغن بن باتي ،
ڇهي رت بارهہ ماس رهت جرتي دن راتي ۔
ستگر ملا جو هووي تاهي ڪي نظر مين آوي ،
بن ستگر ڪوئو هوئي نهين واڪو در ساوي ۔
نڪسي ايڪ آواز چراغ ڪي جوتي ماهين ،
گيان سماڌي سني اور ڪوئي سنتا ناهين ۔
پلٽو جو ڪوئي سني تاڪي پوري ڀاڳ ،
اُلٽا ڪنوان گگن مين، تس مين جري چراغ ۔

پلٽو صاحب جن فرمائين ٿا تہ هي انسان جو مٿو هڪ اُلٽو کوهہ آهي. اُنهي مٿي ۾ جڏهن روح يا آتما اندر وڃي ٿو تہ هنکي سهنس دل ڪنول ۾ جوتي سروپ ڀڳوان جو درشن ٿيندو. جنهن بابت رگ ويد ۾ لکيل آهي:-

सहस्र शीर्ष पुरुष: सहस्राक्ष: सहस्रपात्

يعني اُنهي پرش کي هزار مٿا ۽ هزار اکيون آهن ۽ هزار پير آهن، جاڪاڻ تہ اُنهي جوت جون هڪ هزار شاخون آهن. اُها جوت ٻارهان ئي مهنا، بنا تيل جي ۽ بنا وٽ جي ٻرندي رهي. اُنهيءَ جوت جي وچ مان هڪ آواز نڪري ٿو جنهن کي 'نام' چئجي ٿو. گروءَ ڪان سواءِ نہ جوت جو درشن ٿيندو ۽ نڪي آواز ٻڌڻ ۾ ايندو. اُنهيءَ باري ۾ شمس تبريز فرمايو آهي:-

اُن کو کيجي متـرا، خاک رلي مر جائي جيو.
بـهـوُ رنـگ ديـکـــ پـلائيا،
پـل پـل آوي جـائي جيو.
نـدر پرپـوني چوتيي، نـدري ميل مـلائي جيو.
غافـل گيان وهونيان گر بـن گيان نہ پـــال جيو.
کچـوتـان وگـوُ چيڱي، بـرا پـــلا دوئي نال جيو.
ـــن سبدي پـڱـي رتـيـان،
سب جوهي جـم کـال جيو.

دنيا ۾ گهڻا ماڻهو ڏسبا آهن جن کي پيسو آهي پر دل نه آهي ۽ اهو پيسو سندن ڪنهن ڪم جو نه آهي. ٻيا وري اهڙا آهن جن کي دل آهي پر پيسو نه آهي، تنهن ڪري هو هر ڪنهن جي مدد ڪري نٿا سگهن. پر گهڻو ڪري ڏٺو ويو آهي ته غريبن جي دل وڏي ٿيندي آهي. جن وٽ پيسو گهڻو ٿو ٿئي سي ڪنجوس ٿيندا ويندا آهن، انهن کي پيسي کان سواءِ ٻيو ڪجهه ڪو نه سجهندو آهي.

چٽي جن کي ڪپڙي، منلي چت ڪٺور جيو.
تن مک نام نہ اُوپجي، دوجي وياپي چور جيو.
دوُل نہ بوجهہ آپنا، سي پسوا سي ڍور جيو.

سڀ ڪنهن وارا اڪثر سخت دل ۽ مرڻ هرڻ وارا ٿيندا آهن! انهن وٽ نام ڪين هوندو آهي ۽ آهي دنيا جي پيار ۾ ڦاسجي، چورن وانگر بدل رهن ٿا. انهن کي پنهنجي اصل لسل جي سمرتي ڪانهي ۽ آهي ڍورن وانگر جيون گذارين ٿا.

نت نت خوشيان من ڪري،
نت نت منگي سک جيو.
ڪرتا چت نہ آوئي، ڦر ڦر لگهہ دک جيو.
سک دک داتا من وسي، تت تن ڪئسي ڀک جيو.
باقي والا طلبيئي، سر ماري جندار جيو.
ليکا منگي ديونا، پڇي ڪر بيچار جيو.
سچي ڪي لو اُبري، بخسي بخسڻ هار جيو.

جنهن جي مٿي تي ڪرمن جو قرض آهي ته قرض وارو هنکي سڏي سچي مٿي تي ڏک ٿو هڻي ۽ هنکي قرض جو حساب ڏيڻو ٿو پوي. اهڙي طرح ڌرمراءِ جيو جي حساب ڪري، هن کان انجو جواب ٿو گهري.

باڻي سري گورو گرنٿ صاحب

راڳ- سُوهي- محلہ ١

ڪچا رنگ ڪسمڀ ڪا، ٿوڙڙيا دن چار جيو،
بن ناوي ڀرم ڀليان ٺڳ، مٺي ڪوڙيار جيو.

گورو صاحب جن فرمائين ٿا تہ هن سنسار جون سيئي شيون ڪسميي جي رنگ وانگر بي جٽادار ۽ جلدي ڦٽڻ واريون آهن. ڇاڪاڻ تہ ڏڻ آتمڪ نام ڪانسواءِ هيءَ آتما ٺڳڻ جي نڳيل ۽ ڪوڙي آهي.

سچي سيتي رتيان، جنم نہ دوجي وار جيو.
رنگي ڪا ڪيا رنگيئي،
جو رتي رنگ لائي جيو.
رنگڻ وارا سيوئيي، سچي سيون چت لائي جيو.

فرمائين ٿا تہ جيڪڏهن هيءَ آتما، سچ يعني نام سان پيار ڪري تہ پوءِ هنکي جنم مرڻ جي ڦيري ۾ ڪين اچڻو پوندو. جيڪو نام جي پريم جي رنگ ۾ رڱجي ويو، اهو وري ڇا رڱبو؟ يعني اهو دنيا جي رنگ ۾ ڪين رڱيو ويندو. سنگورو، جو نام جو پيار بخشڻ وارو آهي تنهن جي شيوا ڪريو ۽ سچي نام سان چت لايو.

اري ڪنڊان جي ڀو ڀوهہ
بن پاگان ڏن ناهہ جيو،
گن مٺي جي ڦري بڌڪ ٿائي نہ پاهہ جيو.
رو راکي سي اُبري سبد رتي من ماهہ جيو.

يعني خوش ٿي ٿو ته جيئن جيئن شيون ڦٻائين ٿو ته جو مالڪ ٺهڻ مٿس ڏنو ٻڌي... ٿهجي اندر براجمان آهي سو سڀ ڏسي ۽ ٻڌي ويٺو. دليا جي لوڀ لالچ جي ڪري هي جيڪو پاپ ڪري ٿو سو ٻڌي ويٺو آهي ۽ مرڻ کانپوءِ ڪيڙي سزا ملندي.

جـم جـم مري مري ڦـر جمي،
بهت سجائي پيا ديـس لهي.

هر ڪنهن موت کانپوءِ جنم ۽ هر جنم کانپوءِ موت آهي.
اهو سلسلو بلڪل لمبو آهي جو ڪڏهن به ختم ٿئي ٿو ٿئي.

وري گرو صاحب الهيءَ جو علاج ٻڌائين ٿا:-

صدق صبوري سنت نه مليو، وٽي آپـڻ ڀـانيا.

هن جيو ۾ نه صبر ۽ نه سچائي آهي ۽ نه هن ۾ سنتن جي شيوا جو انگ آهي. هنکي جيڪي من ۾ ٿو اچي، سو هي ڪري ٿو.

باڻي سري گورو گرنٿ صاحب جي

راڳ مارو محلہ ۵

برکي هيٺ سڀ جنت اِڪٺي ، اِڪ ڊنڊي اِڪ بولن مٺي
آست آدوت پيا اُٺ چاي ، جيون جيون اُوڊ وهانيا

جيئن ڀڪي رات جو اچي وڻ لي ڪٺا ٿيندا آهن ليڪ
گرهست ٻہ هڪ وڻ وانگر آهي ، جنهن ۾ ڪڏهن ڪو مائ
آهو ڪڏهن ڪو. اُنهن ۾ ڪوڪرودي آهي تہ ڪو صبر شانتي
وارو. جيئن جيئن صبوح ٿيڻ لڳي ٿو يعني هنن جي عم
پوري ٿئي ٿي ، ايئن ليئن هو وڃڻ جي تياري ٿا ڪن
ڪڏهن ماءُ هلي وڃي ، ڪڏهن پيءُ گذاري وڃو ل
ڪڏهن ڪو ڀيو.

پاپ کريندڙ سر پر مٺي ، اِجرائيل ڦڙي ڦڙ ڪٺي .
دوجڪ پائي سرجن هاري ، ليکا منگي بانيا .

جيڪي ٻہ بڇڙا ڪرم ڪجن ٿا ، تنهن جي سزا ڌرم را
ڏئي ٿو ؛ ڪال ان جيو کي نرڪن ۾ وجهي ٿو چاڪاڻ تہ
ڪال واڻئي وانگر پورو پورو حساب گهري ٿو. وري فرمائين
ٿا تہ ” تل پيڙي جيون گهاليا. “ يعني جهڙي طرح گهاڻي
۾ تر پيڙي تيل ڪڍندا آهن ، تهڙي طرح نرڪن ۾ ماڻهو
گهاڻي ۾ پيڙجن ٿا.

ڪس ڪس ايندا وست پرائي ،
ويکي سڀ ڏيري نال خدائي .
دنيا لب پيا کات آندر ، آگاي گل نہ جانيا .

نام وسار دوک دک سهيڱي،
حکم پيا چلنا کيون رهيڱي.
نرڪ کوپ مه غوطي کاوي،
جيون جل ٽي باهر مينا هي.

چوراسيه نرڪ ساگت پر ڳالهي، جسا ڪجي لبسر پالي
ستگو باجيون مکتي نه هوئي، ڪرت باڌا ڳرس دهنا هي
نرڪن بر ڪبڙو لو حال ٿئي، الجو ورلن ڪن ٿا:-

کندي ڏار گلي آلي بهيڙي،
ليکا ليجي ٽل جيون پيڙي.
مات پتا کلتر بيلي ناهي،
بن هورس مکتي نه کينا هي.

ڪندڙ آهي ۽ هو اسان تي ديا ڪري، اسانڪي مالڪ
دربار ۾ وٺي وڃي تو ۽ اسان جا پاپ ۽ اوگڻ بخشي تـ
جنهن کي گورو ملي تو تنهن کي ڪهڙو فائدو تو ٿئي؟
سو ٻڌائين ٿا:-

جم جاگاتي ناهي ڪر لاگي،
جس آگني بجهي نرسينہ هي.

اُنهي کي جمدوت جو ڏنڊ يعني سزا نٿي ملي ۽ هنجي دل
جي جلڻ ختم ٿيو وڃي ۽ هنجي من ۾ شانتي ٿي وڃي ٿي.

ڪائيا هنس پريت بهو ڌاري،
اوهہ جوگي پرک اوهہ سندرناري.
آهنس پوگي چوج بنو دي،
اُٿ چلتي متا نہ ڪينا هي.

يعني شرير ۽ آتما جو پاڻ ۾ ڏاڍو پيار آهي. ديہ جڻ ته
هڪ سندر استري آهي ۽ روح جڻ ته هن جو جوڳي پتي آهي.
ٻئي رات ڏينهن پاڻ ۾ خوشيون پيا ڪن. پر جڏهن پتي هنجو
سات ڇڏي تو ته زنا بڌائڻ جي هليو تو وڃي.

منوا دولي دوُت سنگت مل،
سو پائي جو ڪيچ ڪينا هي.

هن جو من خراب صحبت جي اثر ڪري پڪندو
هي تو ۽ جيڪو ٻه هو ڪرم ڪري تو، اُنهي جي هو سزا
ڀوڳي تو.

باڻي سري گورو گرنٿ صاحب

راڳ مارو- محلا پهلا

هرسا ميت ناهي مڻن ڪوئي ،
جن تن من ديا سرت سموئي ۰
سرب جيان پرکي پال سمهالي ،
سو انتر دانا بينا هي ۰

يعني دنيا جا مت مائٽ ۽ دوست سڀ مطلبي آهن. اهي سڀ مطلب جا سائي آهن ۽ ڪو بي غرض متر ڪونهي . ها، هڪ پرماتما ئي سڀ جو سچو متر آهي.

سوامي جن فرمايو آهي:-

گرو اور شبد يه دوئو ميت ،
نهين ڪوئي اور اِن ڏر چيت .

اهو پرماتما اندروني سڀ ڪجهه ڏسي ٿو ۽ هو جاڻي جاڻڻهار آهي ۰

وري فرمائن ٿا :-

ستگرو باجهو مڪتي ڪينهي ،
اوهه آد جگادي رام سنيهي ۰
درگهه مڪتي ڪري ڪرڪريا ،
بخسي اوگن ڪينا هي ۰

گورو ۽ ڪالسواءِ مڪتي ڪڏهن ڪين ملندي . اهو گورو ئي سچي آصل ڪالرلي ، مالڪ جو پيارو آهي ، اُنهي سان برهم

کندو رهي ٿو. سمرن جو مقصد آهي اِنهن ٻالهين کي روڪڻ
۽ ڌيان جو مقصد آهي اِنهن شڪلين کي ٻاهر ڪڍڻ.

جڏهن اِنسان اپياس ۾ وهي ٿو تڏهن هنجي روح ۽ من
جي بيٺڪ، هنجي اندر، هردي يعني دل ۾ ٿيندي آهي.
عام ماڻهو هردي ۾ چڪر تي وٺي زندگي گذاريو ڇڏين. جيتوڻيڪ
آتما جي اصلي بيٺڪ، اکين جي وچ تي مستڪ ۾ آهي
اُتي ڪو ورلو مهاتما ٽڪي ٿو. سرت شبد جي اپياسي
کي هن ٻالهه جو ڌيان رکڻ گهرجي ته هو دل جي اِستان تي
نه ويٺو رهي پر اکين جي وچ ۾ ڌيان لڳائي.

تلسي صاحب جن فرمايو آهي:-

سورما سرت نئن پر ٽي آنجي.

يعني سورمو روح روپي سرمون اکين ۾ لڳائي تو
ائين چئو ته بهادر آتما ٽي اکين جي وچ ۾ ايڪاگر ٿئي ٿي

جيسين گوروءَ جو ڌيان پڪو نه ٿيندو تيسين دنيا جو
آشائون ۽ ترشنائون نه ميٽجنديون ۽ جيستائين دنيا جي آشا
ترشنا اچان دل ۾ رهيل آهي تيسين جمڻ ۽ مرڻ جي چڪر
کان ڇٽي ڪين سگهبو. چيو اٿن ته، ”جهان آسا، تهان باسا
گوروءَ جي ڌيان کان سواءِ آتما نرمل ڪين ٿي سگهندي.

سنت آهستي آهستي من ۾ روح کي، ٻين ۾ سمرن دوارن نرمل
ڪري، اندر وليءَ ٿيا وڃن ۾. جڏهن من ۾ آتما اندر نڪري جي
قابل ٿين ٿا ته پوءِ سنت هنڪي مٿي ولي وٺندا آهن. اهڙيءَ
ڪري پوءِ اهو شش اُلي نڪي سگهي ٿو ۽ هيٺ لٿو ڪري.
ته نه ڄڃي من ۾ آتما جي مٿائين ڪاسواءِ ڪنهن کي به اندر
زبردستي چڙهي مٿي ولي وڃبو ته اهو اُتان هڪدم ڪري
هيٺ اچي پوندو. هنڪي اهڙيءَ مان ڪهڙو فائدو ٿيو؟ وڌ ۾
اهو فائدو ٿيس ته هن تماشو ڏٺو يا مهاتما جي ڪرامت ڏٺائين.
مگر اهڙي مهاتما جو نه نقصان ٿيو. اهڙي ڪري سوامي جن
آهي، "تعجيل ڪار شياطين بود." يعني "تڪڙ ڪم
شيطان جو." ۽ اهو پڻ چيو اُٿن:-

جن جن مانا ٻچڙن سمجهه ڪي، اُن ڪو سنڪ لڳائي.

گر ڀڳتيءَ ڪاسواءِ، اندر نڪي ڪين سگهبو. انسان جي
نتيجڪرڻ ۾، ايڪ دنيا جون شڪليون پيارون ٿيون آهن.
جيسين اهي شڪليون پيا مٿن جي جاءِ ٿي، ستگوروءَ جو نوري
سروپ اندر ۾ نه ايندو، تيسين من اندر نڪي نه سگهندو.
اهڙيءَ ڪري سوامي جن گوروءَ جي ڌيان يا تصور تي زور
ڏنو آهي. اهڙيءَ ڌيان ڪاسواءِ دنيا جون شڪليون، انسان جي
اندران ڪين نڪرنديون.

جڏهن ڪو به سمرن يا ڌيان ڪرڻ وهي ٿو نه پوءِ هن
جو من جو ڪوٺ نو لڳي؟ چاڪاڻ ته من ڪنهن ڪا شڪل
سامهون ڪڙي ڪري ٿو نه ڪنهن ڪا ۽ ڪهڙي به شيءِ
يا جڳهه، جنهن سان انسان کي خاص پريت يا پيار آهي،
اها شڪل سدس سامهون اچي من سان ڳالهيون ڪرڻ
لڳندي آهي. من ڪنهن به ماٺ ڪري ٿو وهي. ٻاهران نه
ٿيان چپ ڪري وهي ٿو، مگر هي من تي من ۾ ڳالهيون

ڀڳتي مارگ ۽ گيان مارگ ۾، اهو تفاوت آهي تہ
گيان مارگ ۾ انسان، پنهنجي بڌيءَ يا عقل جي زور سان
گيان پراپت ڪري، مڪتي حاصل ڪرڻ جي ڪوشش ٿو
ڪري. ڀڳتي مارگ ۾ پنهنجي پاڻهن ڪنهن پنجن شبدن جي
پيڊيءَ کي ڏئي، انهي جي مدد سان اندر وڃڻو پوندو آهي.
سنتن جو ڪم آهي، پريم پيار سان ماڻهن کي سمجهائڻ. ڪنهن
کي بہ زبردستيءَ سان مڃڻ لاءِ آگره ڪين ڪندا آهن. جيڪو
پريم سان سمجهي ويو تنهن کي سنت پاڻ سان گڏ وٺي ويندا آهن

"بر رسولان بلاغ باشد و بس."

نہ تہ ڪبير صاحب جن فرمايو آهي تہ مون ۾ ايتري طاقت
آهي جو مان سڄيءَ دنيا کي سٽ لوڪ ۾ وٺي وڃان! پر
منهنجي مالڪ جو اهو حڪم نہ آهي. فقط اهوئي حڪم آهي
تہ جيڪو پريم پيار سان مڃي، انهي کي وٺي اچ.

گورو نانڪ صاحب جن پڻ فرمايو آهي:-

گرمک ڪوٽ اُڌاردا پائي، دي نامي اِڪ ڪڻي.

يعني نام جي ڪمائيءَ جي ڪڻيءَ جي سهاري ڪروڙن
جيون جو اُڌار ڪري سگهجي ٿو پر مالڪ جو اهڙو حڪم نہ
آهي. جيڪو مهاتما اهڙا دعويٰ ٿو ڪري تہ هو هرهڪ جيو
کي اندر ۾ هڪدم ترقي يا واڌارو ڏيندو، اهو پنهنجي
ڪمائيءَ کي وڃائي رهيو آهي. جيڪڏهن ڪو طاقت وارو
مهاتما ڪنهن کي بہ ڇڪي مٿي وٺي وڃي تہ هو هنڪي مٿي وٺي
جي سگهجي ٿو مگر اهو پيو ماڻهو، مٿي وڃي وري هيٺ
ڪري پوندو ڇاڪاڻ تہ انهي ماڻهوءَ کي اهڙي اوچي پولر
استان تي ٽڪڻ جي طاقت ڪين آهي.

بس، هو مٿي ويو ۽ وري هيٺ موٽي آيو. انهيءَ ڪري

باڻي شري حضور سوامي جي مهاراج

وچن انون - شبد سترهون

ڪال نے جگت عجب پرمايا،

مٽن ڪيا ڪيا ڪرون بکان.

ڪال ٻڪران دنيا کي پنهنجي جار ۾ ڦاسائي رکڻ جي نيت سان، عجيب غلط سادنان ۾ ماڻهن کي ڦٽڪائي رکيو آهي. دنيا ۾ ٽن قسمن جا ماڻهو آهن. ڪڙا اهي عقلمند جيڪي پڙهڻ پڙهائڻ کي مکيه جو سادن سمجهن ٿا. ٻيا وري مورک آهن جي ڀرڻن، مورتن پٿر پاڻي وغيره کي پوڄڻ ۾ لڳا پيا آهن. ٽيان وري وچين طبقي وارا آهن جي جپ، تپ وغيره ۾ اٽڪي پيا آهن. انهن سڀني جي اها حالت ڏسي، دئيال پرش ست لوڪ مان سنتن کي دنيا ۾ موڪليو ۽ سنتن ماڻهن کي ٻڌايو ته مڪتيءَ جي لاءِ فقط ٽن سادنن جي ضرورت آهي. باقي ٻيا سڀ سادن بيڪار آهن.

اهي سادن آهن:- (۱) ستسنگ يعني سنتن جي صحبت. (۲) ستگورو. (۳) نام. انهن ٽنهي سادنن کانسواءِ، جيڪو ٻين سادنن ۾ وقت وڃائيندو انهي کي چوراسي لک، جونين ۾ وڃڻو پوندو ۽ انهي جو جنم مرڻ ختم نه ٿيندو. پراڻايام وغيره انهي وقت جا سادن آهن جڏهن ماڻهن جي عمر وڏي هوندي هئي. هينئر ماڻهن جي عمر ننڍي آهي. جنهن لاءِ تمام گهڻو پرهيز ۽ محنت ڪرڻي ٿي پوي. انهيءَ ڪري هاڻي صاحبجن ۾ فقط ٻڌڻي، نمائي ۽ نمرتا سان ٿي مڪتي ماڻي سگهن ٿا.

پيو اُتاري، تنهن کي روڪي، پنهنجي مرڪز يعني پنهنجي اکير جي وچ ۾ جمايو ته پوءِ اِهو توهان جا دک، دور ڪري ڇڏيندو. جڏهن هندو مردي کي ڪاٺيءَ تي کڻي ويندا آهن ته "رام نام ست هيءِ" چوندا ويندا آهن. مگر "رام نام ست" چوندي اُنهن کي اِهو پتو ڪونهي ته مرڻ واري سان ڪهڙي ويڌن يا مصيبت ٿي رهي آهي. رام نام جو فائدو ته جيئري آهي.

ٺيڪ آهي. ڊاڪٽر چيس ته ٺوڪي ڦاسيءَ تي چاڙهڻ جو ڏپ
بلڪل ڪونهي. وري چيائين ته مان ڦاسيءَ جي نوڙي پاڻ
خود پنهنجي ڳلي ۾ وجهندس؛ ڪوبه ڦاسي ڏيڻ وارو ڀنگي
منهنجي ويجهو نه اچي. وڌيڪ چيائين ته مان توهان جو قيدي
نه آهيان، مان ته پنهنجي گروءَ جو قيدي آهيان. توهين
وڃي منهنجي جيل واري ڪوٺيءَ ۾ ڏسو ته دريءَ جون
شيخون ڪيئن پيئون آهن. جيڪڏهن مان چاهيان ها ته
ڪڏهوڪو، اتان ڀڄي نڪري وڃان ها! مگر ستگوروءَ مونکي
درشن ڏني چيو، "ٻچا! هيٺڙو نه ڀڄ. هاڻي سزا ڀوڳ."
تنهن ڪري ستگوروءَ جي حڪم سان مان ڦاسيءَ تي چڙهي
رهيو آهيان؛ نه سرڪار جي حڪم سان. منهنجي لاش کي،
پياس ڏيري ۾ موڪلي ڇڏجو، اتي ئي اُنجو سنسڪار ڪيو
وڃي. ٻوءِ اُنهن ئي ڪيو وڃو." ڊاڪو؛ هنجي اهڙي صدق
واري دل!

گورو نانڪ صاحب جن وري فرمائين ٿا:-

گر تي پوڙهي آوهو جارهو،
جنم مرهو ڦني پاپ ڪماوهو.
ساڪت مُڙهه آچيت نه چيتئي،
دک لاڳي تان رام پڪارا هي.

بڙا ماڻهو به ڏڍهن تڪليفن ۾ ٿا اچن ته هو پرڀوءَ کي
پڪارين ٿا.

شمس تبريز صاحب پڻ اهو ئي چيو آهي.

"ڪافر بروز سختي رُو آورد بران سو،
اين سو چون درد بيند، آن سوش رهبر آمد."

سردار ڪرمسنگهه پولس انسپيڪٽر، وڏو قداور ۽
بت ۾ پهلوان جوان هو پر پرالبڌ ڪرمن جي ڪري، هنکي
ساهه لڳي پئي ۽ ڪيترائي سال هو بيمار پيو هو. هن جا
ڪيترائي مالت ڊاڪٽر هوا. سڀني اها صلاح ڏني ته هن لاءِ
ماس ۽ بيضا کائڻا ضروري آهن. مگر هن ۽ هن جي زال اها
ڳالهه نه مڃي. ڊاڪٽر ناراض ٿي ويا ۽ بيماري وڌندي وئي.
سيپٽمبر، آڪٽوبر ۾ حضور مهاراج جن هنکي اندر درشن ڏنو
۽ چيو ته لوکي ١٩، ٢١ يا ٢٣ تاريخ ولي هلو. پير! هن چولو
ڇڏيو ۽ هي چئي ويو ته ڪوبه غير ستسنگي منهنجي بدن
کي هٿ نه لائي. هنجي ڌرم پتنيءَ هنجو وچن پورو ڪيو
۽ هن روئڻ پٽڻ اصل نه ڪيو. هن پنهنجي هٿن سان پتيءَ
جي چکا کي آگ لڳائي. سڀ ڪريا پوري ڪري پوءِ،
ڏوءِ پياس ڏيري ۾ آئي ۽ اچي رهائين. چوڻ لڳي، "ڏيري
۾ اچڻ کانپوءِ مون کان رهيو نه ٿيو." اهڙا پادر ستسنگي ۽
ستسنگڻيون، ستسنگ جي سوڀيا آهن.

ايڪ مثال گنگو ڊاڪوءَ جو آهي. گنگو برابر ڏاڍهيل هو پر
پوروب جنم ڪنهن جي سڃي سنسڪار ڪارڻ هنکي
حضور مهاراج بابا ساون سنگهه جن نام دان ڏنو هو. سڄي عمر
هو ڏاڍا هڻندو رهيو. ڪيترا ڀيرا به هن شاهد ڪيا ڊجن پر
هن ستگوروءَ ۾ وشواس نه ڇڏيو. ڪيترائي دفعا هو پڪڙيو
ويو، ليڪن هر دفعي هو بندي خاني يا جيل مان ڀڄي نڪرندو
هو. آخر هو پڪڙيو ويو ۽ قيد جي سزا مليس. هن هاءِ ڪورٽ
۾ اپيل ڪئي پر ڪورٽ هنجي سزا وڌائي هن کي ڦاسيءَ
جي سزا ڏني.

جڏهن هنکي ڦاسيءَ تي چاڙهڻ لاءِ ولي ويا ته هن ڊاڪٽر
کي چيو نه ڏسو! ته منهنجي دل ڌڪ ڌڪ ٿي ڪري يا

جمدوت اچي پڪڙيندا. سڀ سک، هليا ويندا ۽ دک
اچي گهيرو ڪندا.

هو هر نام جپهو رس ميٺا، گرمک هر رس انتر ڏيٺا
آهنس رام رهو رنگ راتي،
ايهو جپ تپ سنجم سارا هي.

يعني جپ تپ سنجم ڪرڻ جو مطلب ڇا آهي؟ اهو آهي
هريءَ جو نام ٻڌڻ، جو نهايت ئي مٺو آهي ۽ جو هرهڪ
انسان جي اندر آهي، انهيءَ جي آنند ۾ رات ڏينهن مگهن رهڻ.
اهو ئي سيني ساڌ نائن جو سار آهي. اها حالت اسانکي ڪٿي
پهچائيندي؟

رام نام گر بچني بولهو،
سنت سڀا مهه ايهو رس ٽولهو.
گرمت کوج لهو گهر آپنا،
بهوڙ نه گرڀ مجهارا هي.

جٽي ساڌ سنگت گڏ ٿي ٿئي الي وڃي، گروءَ کان اپديش وٺي
انهي جي هدايت تي عمل ڪري، پنهنجي گهر جي کوج ڪرڻو.
آتم رام، رام هي آتم، هر پائيي سبد بيچارا هي.
وري فرمائين ٿا:-

ست سنتوک رهو جن پائي،
کما گهو ستگر سرنائي.

اَسنتوش ڇا آهي؟ من جي ايڪاگرتا ڇڏي، دنيا ۾
ڀٽڪڻ. جيڪڏهن من ۾ صبر هجي ته پوءِ جيڪر اهو من پنهنجي
گهر (شو نيتر ۾) وٺو هجي. ست جي پنجابيءَ ۾ معنيٰ آهي
صدق. انهي جا ٻه مثال سامهون رکجن ٿا:-

سنسنگ ۾ مان ڇونه سکيا ڳولهيان

(سري گورو گرنٿ صاحب جي باڻي)

راڳ مارو محلو پهريون

گهر رهه ري من مگڌ اياني،
نام جپهو انت گت ڄاڻي.

گهر رهڻ جو مطلب آهي ته پنهنجي اکين جي وچ ۾ ڌيان
جمائڻ يعني جتي اسين وڃون، سوچ ۽ ويچار ڪندا آهيون.
سمرن جو آدرش يا مطلب اهو آهي ته، من جي خيالن کي
پکڙڻ کان روڪي، هڪ هنڌ ٻڪو ڪري جمائي رکجي.
سوامي جن پڻ فرمايو آهي :-

گهر ۾ رهنا، ڪهين نه بهنا، رس هي لينا.

من جي هڪ هنڌ ايڪاگر ٿيڻ ۾ پڻ لذت آهي. جڏهن
من هڪ هنڌ ايڪاگر ٿئي ٿو ته خيال اندر هليو ٿو وڃي. اُلٽي
لوهين گوروءَ جو ڌيان ڪري سمرن ڪرڻ.

لالچ جو ڙرڇهوا پرمهر، ايون پاؤ هو مڪتي دوار هي.

لوڀ کي جڏهن ڇڏي ٿو ته ته من اندر ۾ نه ٽڪندو. اهو ئي
مڪتيءَ جو رستو آهي. جيڪڏهن ائين نه ڪندا ته پوءِ
ڇا ٿيندو؟

جس بسريئي جم جوهن لاڳي،
سڀ سک جاهي دکان ڦن پاڳي.

گيان کنڊ ۾ ته گيان جو زور هو. هاڻي سرم کنڊ ۾ سو سونهن يا خوبصورتي، تمام زور آهي.

"تنهن گهاڙت گهڙيئي بهت انوپ،

....

....

تنهن گهڙيئي سرت مت من بڌ."

اُتي عقل، روح ۽ من گهڙيا ٿا وڃن.
وري اڳتي فرمائين ٿا:-

"کرم کنڊ کي باڻي جور،
تنهن هور نه کوئي هور."
(پئوڙي ۳۷)

يعني کرم کنڊ ۾ شبد جو زور آهي. اُنهي شبد کي اُهي بهادر جيتو ئي ٻڌي ٿا سگهن، جيڪي دنيا ۽ دنيا جي لذتن ۽ سوادن کي لت هڻي مٿي ٿا وڃن. اُتي شانتيءَ وارا پهچت ٿا رهن.

"تنهن سيتو سيتا مهما ماهه."

اِهي آتمائون مالڪ جي مهما ۾ رليون پيئون آهن. اُهو شبد ڌرڌام کان وڃي، سچيءَ سرشٽيءَ مان لنگهندو هن اِستول ديش تائين ساڳيو هڪ ئي آهي. پر پنجن جدا جدا هنڌن يا ديشن مان لنگهڻ ڪري، اُنهي شبد جون پنج حالتون يا نمونا ٿي ويا آهن. ڪٿي اُنهي جو آواز بين جهڙو آهي، ڪٿي ڪنگري، وغيره جهڙو آهي.
"سرم کنڊ کي باني روپ" ۽ "ڌرم کنڊ کي باڻي جور." هي.

ٻڪي ٿي ٿئي. مگر اهڙا ڳالهه اُلي سچ کنڊ ۾ وڃي معلوم ٿي ٿئي.

ڳاٺي اڳيان گيان کنڊ جو بيان ٿا ڪن:-

"ڪيتي پؤن پاني ٻئسنتر، ڪيتي ڪان مهيس.
ڪيتي برمي گهاڙت گهڙيئي،
روپ رنگ ڪي ويس،
ڪيتيا ڪرم ڀومي، ميرڪيتي، ڪيتي ڌؤُ اُپديس.
ڪيتي اِند، چند سؤر ڪيتي، ڪيتي منڊل ديس،
ڪيتي سڌ ٻڌ نات ڪيتي، ڪيتي ديوي ويس.
ڪيتي ديو دانو من ڪيتي، ڪيتي رتن سمند،
ڪيتيان کاڻي ڪيتيان باڻي، ڪيتي پات نرند،
ڪيتيان سرتي سيوڪ ڪيتي، نانڪ اَنت نہ اَنت."

گيان کنڊ ۾ ڪيترن ئي قسمن جا پاڻي، هوا، باهه وغيره لسا آهن. اُلي گهڻيئي مهيس آهن ۽ سڀهما جدا جدا قسمن جون شڪليون ناهي رهيا آهن. اُلي گهڻيئي ڌرم کنڊ وغيره لوڪ آهن. اُلي ڪيترائي اِندر، سورج، چنڊ ۽ بيشمار ديس آهن.

"گيان کنڊ مهہ گيان پر چنڊ،
تٿي ناد بنود ڪوڊ آنند."
(پؤڙي ٣٦)

يعني گيان کنڊ ۾ گيان پرگوٽ آهي. اُلي هزارين راڳ، رنگ ۽ خوشيون آهن.

ڳاٺي سرم کنڊ کي ولو.

"سرم کنڊ ڪي باني روپ." (پؤڙي ٣٦)

اِنهن ڪرمن جي ڪابہ خبر نہ آهي.

گورو نانڪ صاحب جن هن ڌرتيءَ کي ڌرم سال چئي بيان ڪيو آهي.

”راتين رتين ٿتين وار، پوڻ پاڻي اگني پاتال،
تس وچ ڌرتي، ٿاپ رکي ڌرم سال.“
(پؤڙي ٣٤)

يعني هن دنيا ۾ ڏينهن رات، موسمن جي بدل سدل پنج تت ڏسڻ ۾ اچن ٿا ۽ هيءَ دنيا ڌرم جي جڳهہ آهي يعني جيئن دنيا جا گهڻا ماڻهو سمجهن ٿا، هتي بي اِنصافي نہ آهي.

”تس وچ جيئہ جگت ڪي رنگ،
تن ڪي نام انيڪ آننت.“

يعني هن دنيا ۾ طرحين طرحين جا بي شمار جيئو آهن، جن جا انيڪ قسم آهن. اِهين ڇو ٿيو آهي؟ پاڻ ئي اِنهيءَ جو جواب ٿا ڏين:—

”ڪرمي ڪرمي هوئي ويچار،
سچا آپ سچا دربار.“

يعني هرهڪ پنهنجي پنهنجي ڪرمن موجب، جدا جدا شڪل يا صورت ٿو وٺي. مگر هو سچو صاحب سچو آهي ۽ اِنصاف ڀيو ڪري.

”ڪچ پڪائي اوٿي پائي، نانڪ گئيا جاپي جائي.“
(پؤڙي ٣٤)

يعني آلما هت ڪچي آهي. اُها ست لوڪ ۾ پهچي

سيني کي ڇڏي، نام کي ڏي پڪڙيو.

جيئن جيئن نام جي ڪمائي ڪبي وڃبي، ليئن ليئن، اندر جو پردو کلندو ويندو ۽ دل کي تسلي ٿيندي ويندي. پوءِ پاڻهي ويراڳ ۽ تياڳ پيدا ٿيندا. انهيءَ رستي تي سوچ ويچار ڪري قدم رکڻ گهرجي ۽ جلدبازيءَ ۾ تياڳ نه ڪرڻ گهرجي.

"آکڻ جور، چپ نه جور،
جور نه منگڻ، ديڻ نه جور.
جور نه جيوڻ، مرڻ نه جور،
جور نه راج مال من سور.
جور نه سُرتي گيان ويچار،
جور نه جگتي ڇٽي سنسار.
جس هٿ جور، ڪري ڪي سوءِ،
نانڪ اُتم نيچ نه ڪوءِ."
(پؤڙي ۳۳)

يعني زور هٿ يا ضد سان، روحاني ترقي ٿي نٿي سگهي. سب انهي مالڪ جي مرضيءَ تي آهي. هو ڏئي يا نه ڏئي. وري گرو صاحب جن فرمائين ٿا ته بعضي ماڻهو هن خياليءَ ۾ وڏا تيڪ پاڪ هوندا آهن، مگر انهن کي به ڪيترا ڏنگا، گهڻيئي دک، بيماريون غربت تنگ ڪنديون آهن. انهن کي ڏسي، ٻيا ماڻهو خيال ٿا ڪن ته ڏسو! پرماتما ڪهڙو نه بي انصاف آهي، جو اهڙن ماڻهن کي به دک ٿو ڏئي ۽ جيڪي ماڻهو بڇڙا ڪم ٿا ڪن، اهي سکن ۽ مزن ۾ ٿا گذارين. اهو سڀ غلط خيال آهي. انهن ماڻهن کي انهن پلن ماڻهن جي

کي پيدا ڪيو، ۽ هن برهما کي چار ويد ڏنا، جن جي
ڙي دنيا پيروي ٿي ڪري. ويدن جو مطلب ڪتاب نہ
ھن بلڪ پار برهم جي چئن ڪنولن مان جيڪا هڪ هڪ
ن پيدا ٿي ٿئي، اُهي ئي ويد آهن پر دنيا تہ برهما، وشنو
شو کي ٿي پوڄي. حقيقت ۾ اِهي ٽيئي، ٽي گڻ آهن ۽
نهن کي پنهنجي پيءُ يعني ڪال ڀڳوان جو بہ درشن نہ ٿيو آهي.

” ايڪا مائي جگت بيائي، تن چيلي پرواڻ،
اِڪ سنساري، اِڪ ڀنڊاري، اِڪ لائي ديباڻ.
اوهہ ويکي اُنها ندر نہ آوي، بهتا ايهہ وڊاڻ. “
(پؤڙي ٣٠)

برهما، وشنو ۽ شو اِنهن ٽنهي شڪتين جي دوارن هنن
ٽن لوڪن جو انتظام ٿي رهيو آهي تہ هو آتمائن کي شريرن ۾
وجهندا وڃن ۽ اُنهن شريرن جي پرورش يا پالنا ڪندا رهن
۽ آخر ۾ اِنهن شريرن کي فنا ڪري ٻين شريرن ۾ اِنهن آتمائن
کي جنم ڏيندا وڃن. اِهو ئي اِنهن ٽنهي — برهما، وشنو ۽ مهيش
جو فرض آهي ۽ نرنجن خود، اِنهن ٽنهي کان جدا ٿي ويٺو
آهي. نرنجن، اِنهي ٽنهي شڪتين کي، جنکي اسين وڏا
ديوتائون ڪري پوڄيون ٿا، تن کي بہ هن پنهنجو پيد
ڪين ڏنو آهي يعني نرنجن اِنهن ٽنهي ديوتائن کي ڏسي
ويٺو پر اُهي ٽيئي، پنهنجي پيدا ڪرڻ واري نرنجن کي نٿا
ڏسي سگهن. هيءَ حيرت جي ڳالهہ آهي!

وري گورو صاحب جن فرمائين ٿا تہ سڄو هندستان، برهما
وشنو ۽ شو اڳيان پنهنجو سر جهڪائي ٿو. ڪنهن هنن جي
ڪا شڪل ناهي ۽ ڪنهن ڪا شڪل بنائي آهي. اِنهن
ديوتائن جن جي خود مڪتي ڪانہ ٿي آهي، اهي ٻين ک
اِنهي واسطي گورو صاحب جن فرمائين ٿا تہ اِن

مولانا روم صاحب جن فرمايو آهي :-

"مي نوہسند کہ شما مي بازيد،
تا بہ حشر باز بخوانيد شما."

يعني جيڪي بہ ڪم توهين سنا يا برا ڪريو ٿا، تن
کي خدا جا فرشتا لکندا ٿا وڃن ۽ اهو ڪرمن جو چٽو،
موت وقت، توهانجي اڳيان رکيو ويندو.

جيڪي بہ چڱا يا برا ڪم ڪن ٿا، تن جو سٺو يا خراب
ڦل پوئين ٿا.

اي نانڪ! اهي ماڻهو مالڪ جي حڪم سان بار بار ڄمندا
۽ مرندا رهن ٿا.

وري گورو صاحب جن چون ٿا :-

"ڪيتا پساهر ايڪو ڪواءُ،
تس تي هوئي لک دريائو."

(پؤڙي ١٦)

يعني مالڪ جي هڪ ئي بوند يا ٿڙي هيت لهي، سڄي
رچنا رچي.

"آمل گڻ آمل واپار، آمل واپاريئي، آمل پندار."

(پؤڙي ٢٦)

هي واپار اَملهہ آهي. جيڪي پنجن شبدن جي ڪمائي ٿا
ڪن اُنهن جي قيمت بيان ڪرڻ کان ٻاهر آهي.

سرشٽيءَ جي رچنا کان اڳ، ڪوبہ آڪار يا شڪل ڪانہ
هئي، رڳو هڪ ئي مالڪ پاڻ هو، جنهن جو ڪوبہ ثاني
شريڪ ڪونہ هو. اُنهي پنهنجي مرضيءَ سان مايا پيدا
ڪئي ۽ اُود يا يعني آد شڪتيءَ جي ٽن پٽن برهما، وشنو ۽

...جو مارگ، آهي. ٻئي هنڌ وري گورو نانڪ صاحب جن

...جو آهي:-

"...جپ تپ سنجم ساڌ ئي، تيرٿ ڪيجي واس،

...ين دان چنگيائيان، بن نامي ڪيا تاس."

...جپ ڪرڻ، تپ ڪرڻ، پوڄ ڪرڻ، دان ڪرڻ، تيرٿ
...ڪرڻ، سنجم ڪرڻ يعني يوگ، ڪري من کي مارڻ جا
...ساڌن ڪرڻ يا ڪيترا به ڪٽي نيڪ يا ستا ڪرم ڪرڻ پر من
...جي ميل نه لهندي.

گورو صاحب جن فرمائين ٿا ته جيسين پنهنجي اندر وڃي،
...آواز يا نام جي ڌن کي نه پڪڙيندا، تيسين اها ميل نه ويندي.
...اهو ڪهڙو نام آهي؟

گورو امرداس جن فرمائين ٿا:-

"نامي هي تي سڀ ڪڇ هوا،

بن ستگرو نام نه جاپي."

نام ڪو لفظ يا اکر ڪونهي. سڀ طاقتون ۽ شڪتيون
نام مان ٿيون نڪرن. نام طاقت آهي، نام شڪتي آهي.

"پني پاپي آکڻ ناهه، ڪرڪرڪرڻا لک لئي جاهه،

آپي هي بيج آپي هي کاهه، نانڪ حڪمي آوهه جاهه."

(پؤڙي ٢٠

...دنيا جو اهو نقشو آهي ته دنيا جا ماڻهو جيڪي چڱا
...ا ڪرم ڪن ٿا، آهي انهن جي انتهڪرڻ جي پٽيءَ
...ا وڃن ٿا ۽ اهو ڪرم جو حساب مرڻ وقت ساڻن

"جڳ ھومين ميل ڏک پائيا."
وارو آيل آھي. اُنھيءَ بر فرمائين ٿا:-

"مل ڏوتي ڪدي نه اُتري،
جي سؤ تيرٿ نهائي."

يعني من جي ميل تيرٿن تي اشنان ڪرڻ سان ڪڏھن به نه لهندي. ھائي ماڻھو اُنھيءَ مل جي لاهڻ لاءِ اھو جتن ڪن ٿا ته شرير سان تپ يا ڪرياڪرم ڪري اُنھي کي قابوءَ بر آڻي اُنھي کي پوءِ جپ پر ٿا لڳائين يا تيرٿن تي سنان ڪرڻ ٿا وڃن بر ھو من جي مل نٿا دور ڪري سگهن. بدن جي ميل لاھيندا پر پاڻ جي ميل نام سان ئي لهندي.

"ڀريئي ھٿ پير تن ديھ،
پاڻي ڌوتي اُترس کيھ.
مؤت پليتي ڪپڙ ھوءِ،
دي صابون لئيئي اوھ ڌوءِ."
(پؤڙي ٢٠)

جڏھن ڪپڙي کي وڏيڪ مل لڳي ٿي ته پوءِ اُھا ميل صابڻ لڳائڻ سان ڌوپجي ٿي وڃي.

"ڀريئي مت پاپا کي سنگ،
اوھ ڌوپي ناوئي کي رنگ."
(پؤڙي ٢٠)

يعني آتما مٿان جيڪا پاپن جي مل چڙھي پئي آھي اُھا نام سان ڌوپي وڃي ٿي. جيسين لوھين شبد سان نه جڙندا، تيسين پاپن جي ميل نه لھي سگھندي. گرو صاحب جن فرمائين ٿا ته جيڪر اُپاءَ ماڻھو اُنھيءَ ميل کي لاھڻ لاءِ ڪن ٿا اُھو

ساڌو مهاتما جيڪو شبد جي ڪمائي تو ڪري، ان جي گتي
بيان ڪرڻ کان ٻاهر آهي.

„مني ڪي گت ڪهي نہ جاءِ،
جي ڪوئي ڪهي پيڇي پڇتاءِ."

شبد ٻڌڻ سان سڌيون ۽ شڪتيون حاصل ٿين ٿيون.

„سڻيءِ سڌ پير سر ناٿ."

گورو صاحب جن فرمائين ٿا تہ اهو ڪنن سان ٻڌڻ جو مضمون
آهي. پر اندر ۾ شبد جي ٻڌڻ سان ماڻهو پير، سڌ، ديوتا
تہ آهي. شبد جي آسري هيءُ ڌرتي بيٺي آهي ۽ نہ ڪنهن
تو ٻڌجي. شبد جي آسري هيءُ ڌرتي بيٺي آهي ۽ نہ ڪنهن
ديگي جي سگهن ٿي. جڏهن شبد جي ٻڌڻ ۾ خيال پڪو جمي
ويندو تہ پوءِ شبد جي منن جو درجو پراپت ٿو ٿئي.

„آئسا نام نرنجن هوءِ،
جي ڪوئي من جاڻيءِ من ڪوءِ."

جيڪو شخص من کي مهائي يا وس ڪري تو تہ پوءِ
آنهن کي نرنجن نام جو پتو تو پئي. اهو نام ڪهڙو آهي؟
اِنهيءَ لاءِ گرو نانڪ صاحب جن فرمائين ٿا:-

„پنج پروان، پنج پردان." (پؤڙي ١٦)

يعني اُنهي نام جو پتو پنجن شبدن جي ڪمائيءَ ڪ
سان لڳي ٿو.

„پنچي پاوين، درگهہ مان." (پؤڙي ١٦)

يعني پرماتما جي درٻار ۾ پنجن شبدن جي ڪمائيءَ ر
پهچي سگهجي ٿو. اِهو تڏهن تو ٿئي جڏهن آدمي نرمل
ٿئي. گورو گرنٿ صاحب ۾ هڪ سچو شبد،

اُمرت ويلا سچ ناءُ، وڏيائي ويچار،
ڪرمي آوي ڪپڙا، نَدري موک دئار.
نانڪ ايوئي جاڻيئي، سڀ آپي سچيار.
(پؤڙي ٢)

هاڻي وري گرو صاحب جي سوال تي پڇون ته اسين ڪهڙو اُپاءُ ڪريون، جنهن ڪري مالڪ جي دربار ۾ پهچون؟ اُنهيءَ جو جواب گرو صاحب جن پاڻ ئي ٿا ڏين ته ’امرت ويلا سچ ناءُ، وڏيائي ويچار.“ يعني امرت ويلي اُٿي، مالڪ جي سچي نام يعني شبد کي اندر ۾ ٻڌو. شبد کي اندر ۾ ٻڌڻ ئي هنجي وڏائي جو ويچار ڪرڻ آهي ۽ نڪي عقل يا دماغ سان اُنهيءَ کي سوچڻ گهرجي، ڇاڪاڻ ته گرنٿ صاحب ۾ لکيل آهي:-

”گوبند گوبند ڪهيئي دن راتين،
گوبند گن شبد سناونيا.“

يعني رڳو گوبند گوبند چوڻ ۾ فائدو ناهي. پاڪ گوبند جا گڻ ٻڌڻ ڇا آهي؟ اِهو آهي شبد کي اندر ۾ ٻڌڻ. جيڪو شبد پنهنجي اندر ٻڌي ٿو اِهو ڄڻ اُنهي سچي صاحب جا گڻ ٿو ڳائي.

جپ صاحب ۾ چار پؤڙيون (٨ کان ١١ تائين) سڻڻ يعني ٻڌڻ جي باري ۾ آهن ۽ وري ٻيون چار پؤڙيون (١٢ کان ١٥ تائين) مڃڻ جون آهن.

ٻڌڻ ڇا آهي؟ اِهو آهي اندر جي آواز کي ٻڌڻ. جڏهن شبد يعني آواز اندر قدر ٻڌڻ تي وڃي جو اِهو سياڻپ تي وڃي يعني ته اُهو ڪوشش ڪانسواءِ پاڻهي ٻڌڻ ۾ اچي ته پوءِ، اُنهي کي مڃڻ يا شبد جي ڪمائي ٿا چون. اهڙو

ته هو سڀ هنڌ حاضر آهي ۽ سڀ ڪجهه ڏسي ورتو. يعني
هو سڀ هنڌ حاضر آهي ۽ سڀ ڪجهه ڏسي ورتو. يعني
ته هو سڀ هنڌ حاضر آهي هيڏو اڻت پاڻي ٿو سگهجي
بيقت ۾ هو بي انت آهي
اهي ڪيتري به ڪوشش ڪجي.
گورو صاحب جن فرمائين ٿا:-

”ڏيندا ڏيهه لئندي ٿڪ پاهه،
جگا جگنتر کاهي کاهه.“

اهو ڪل مالڪ، سچو صاحب ڏئي وري پيو ڏئي، پر
منگتو ولي ولي ٿڪجيو پوي. بندو چوڻو ته مالڪ اسانکي
اسانجي خواهشن موجب ڪونه ڏئي. ست الهي ڳالهه جو جواب ٿا
ڏين ته، اِئين نه آهي، جيڪڏهن توهان جون خواهشون ۽
گهرجون، مالڪ هن جڳهه ۾ پوريون نه ڪيون ته جيڪي
خواهشون توهان ۾ مرڻ ڪانپوءِ رهجي وينديون ته پوءِ انهن کي
پورو ڪرڻ لاءِ توهان کي وري جنم ملندو. يعني ته
انسان خواهشون پيدا ڪندو رهي ٿو ۽ مالڪ هنکي وري
جنم ڏئي پيو ڏئي ۽ اِئين خواهشن کي پورو ڪندو ٿو
رهي. مطلب ته انسان ٿڪجي ٿو پوي مگر قدرت ٿي
ٿڪجي. سرشٽي شروع ٿيڻ کان وٺي، اِها ڳالهه هلندي آئي
آهي. جنهن کي جنهن رستي تي هو هلائڻ چاهي ٿو، تنهنکي
هو اِلهي ۾ ئي هلائي ٿو ۽ هو بي پرواهه بادشاهه، اِلهي ۾ ڳالهه
ڪي ڏسي پيو خوش ٿئي.

”ساچا صاحب ساچ ناءِ، ڀاکيا ڀاؤ اپار،
آکهه منگهه ديهه ديهه، دات ڪري داتار.
ڦير ڪه آڳي رکيئي، جت دسي دربار،
مونڪه بولڻ بوليئي، جت سڻ ڪري پيار.

ڳاوي ڪو ڏاڻ هووي ڪسي ڻاڻ،
ڳاوي ڪو ڏات ڄاڻي نيشاڻ.
ڳاوي ڪو ڳڻ وڏيائيان وچار،
ڳاوي ڪو وديا وکم وچار.
ڳاوي ڪو ساڄ ڪري تن کيه،
ڳاوي ڪو جيئہ لي ڦر ديهہ.
ڳاوي ڪو ڄاپي دسي دور،
ڳاوي ڪو ويکي حادرا حدور.
ڪٿنا ڪٿي نہ آوي ٽوٽ،
ڪٿ ڪٿ ڪٿي ڪوٽي ڪوٽ ڪوٽ.
ديندا دي لئندي ٿڪ پاهہ،
ڄڳا ڄڳنتر کاهي کاهہ.
حڪمي حڪم چلائي راهہ،
نانڪ وگسي وي پرواهہ.
(پؤڙي ٣)

گرو صاحب جن وري ٻڌائين ٿا تہ اُنهيءَ شڪتيءَ يعني حڪم، شبد يا ٻاڻيءَ جي مهما، ڪري نٿي سگهجي. ڪنهن کي اُنهيءَ جي مهما ڪرڻ جي طاقت آهي؟ هن جي اُپار بخشش لِي ڪهڙو نشان يا پتو آهي. ڪير هن سچي سائينءَ جي مهما ڪري ٿو سگهي؟ چاڪاڻ تہ اِهو ڏاڍو ڏکيو ڪم آهي! اِهو شبد سڀني شرڌالن کي لاهي ٿو ۽ وري اُنهن کي ناس ڪري، مٽيءَ ۾ ملائي ٿو ڇڏي. اِهو شبد لي سڀني ۾ جان ٿو وجهي ۽ وري اُها ڪڍي ٿو وٺي. ڪو چوي ٿو تہ هو وڏو آهي ۽ ڪو چوي ٿو تہ هو ٻري آهي. ڪو چوي

و حڪم ئي جيو کي بخشي، مالڪ جي درگاه ۾ پهچائي
گهي ٿي. هنجي حڪم سان ئي گهٽيئي آتمائون، چوراسي
ڪن جي جونين جا دک ڀوڳي رهيون آهن. سڀ جيو مالڪ
جي حڪم اندر آهن. هنجي حڪم کان ٻاهر ڪير به نه آهي.

وري گورو صاحب جن فرمائين ٿا ته جيڪڏهن جيو اُن
حڪم کي سمجهن ته پوءِ اِنهن جي 'مان ۽ منهنجي' دوُر
ٿي ويندي.

سچ، اَمرت، ڪيرتن، گرباڻي، نام ۽ شبد سڀ هڪ ئي
شيءِ جا ڳالهه آهي، جن کي گورو نانڪ صاحب جن جدا جدا
نالن ۾ بيان ڪيو آهي. حڪم کي سچ اِنهيءَ واسطي چيو
اُٿن چاڪاڻ ته اُهو فنا يعني ناس نٿو ٿئي ۽ ٻيو اِنهيءَ کي
حڪم ڪري چيو اُٿن جو سڀ اِنهي حڪم جي هٿ هيٺ آهن.
ڪيرتن يعني راڳ اِنهيءَ لاءِ چيو اُٿن ته اُهيءَ جهڙو مٺو
۽ سريلو راڳ ٻيو نه آهي. دنيا جي راڳن لي من مست ٿي
نچي ٿو پر آتما مردو ٿيو ٿي پوي. راڳ اِلاهي يا ڪيرتن
ٻڌڻ سان من مري ٿو ۽ آتما تازي توانِي ٿيو پوي.

حڪم کي نام اِنهيءَ ڪري چيو اُٿن چاڪاڻ ته اِهو ٿي
ڪل مالڪ آهي. اُنهي کي شبد ڪري چيو اُٿن چاڪا
ته اِهو آواز جي شڪل ۾ هر هڪ اِنسان پنهنج
مستڪ ۾ محسوس ڪري. سکهي ٿو. اَمرت اِنهي
جي لاءِ چيو اُٿن ته اِنهيءَ جو رس يا سواد وٺي آتما جنم م
ڪان ڇٽي ٿي وڃي. اُنهيءَ حڪم کي گرباڻي اِنهيءَ
چيو اُٿن ته اِها باڻي يا شبد اَصل ۾ سڀني روحن جو
جيو آهي.

يعني لافاني جنس سوچ ۽ ويچار جو مضمون ناهي ۽ اگر جيڪي رهڻ سان يا لک ڪوڙ سان سمجهه ۾ ايندي.

"سهس سياڻپا لک هووي ته اِڪ نه چلي نال."

يعني عقل ۽ چترائيءَ سان اُهي ڪي سمجهي نه سگهبو، پوءِ اُهو ڇا آهي؟ تنهن تي گورو صاحب جن فرمائين ٿا ته اُهو حڪم آهي جو هميشه توهان سان گڏ آهي. جيڪڏهن اِنهيءَ حڪم کي سمجهندا ته پوءِ توهان ۾ آپو يا اهم ڪونه رهندو.

"حڪمي هوون آڪار، حڪم نه ڪهيا جائي،
حڪمي هوون جيئه، حڪم ملي وڏيائي.
حڪمي اُتم نيچ، حڪم لک دک سک پائيي،
اِڪنان حڪمي بخشيش، اِڪ حڪمي سدا ڀوائيي.
حڪمي اندر سب ڪو، باهر حڪم نه ڪوءِ،
نانڪ حڪمي جي بجهي، تان هون مئن ڪهي نه ڪوءِ."
(پوڙي ٢)

هاڻي گورو صاحب جن حڪم جي تعريف ڪن ٿا ته سب شڪلين ۽ روپ حڪم تي ٽڪيا آهن پر حڪم ڪا چوڻ جي ڳالهه يا مضمون نه آهي. توهين دنيا جي روزمره جي نظارن ۽ تجربن جي مدد سان حڪم جو بيان ڪين ڪري سگهندا. ها! اِهو جيئن سگهجي ٿو ته نه رڳو سڀئي سرشٽي، بلڪ سڀ آتمائون حڪم تابع آهن ۽ وري پرميشور جي دربار ۾ واپس موٽي وڃڻ جو نظر يا وڏائي به حڪم سان ئي ملي ٿي. چڱا يا برا سڀ مالڪ جي حڪم سان ٿي آهن ۽ جيئي حڪم سان ئي جيئڻ دک سک ڀوڳي رهيا آهن ۽ هن

گورو نانڪ صاحب جن اُنکي آد سچ، جگاد سچ ڪري چيو آهي ۽ سنت ڄان جي انجيل يا بائيبل ۾ لکيل آهي تہ ورڊ Word شروعات ۾ هو ۽ اصل رچنا ورڊ Word اُني ڪئي.

" سوچي سوچ نہ هووئي، جي سوچي لک وار،
چپي چپ نہ هووئي، جي لائي رهان لوتار.
پکيان پک نہ اُتري، جي بنان پريان پار،
سهس سياڻپا لک هوئي، تہ اِڪ نہ چلي نال.
ڪو سچيارا هووئي، ڪو ڪوڙي تٽي پال،
حڪم رضائي چلنا، نانڪ لکيا نال."
(پؤڙي ١)

فرمائين ٿا تہ شش سوال ٿو پڇي تہ اي ستگورو! اُنهي سچي صاحب کي ڪيئن حاصل ڪجي؟ اِنهي جو جواب گورو صاحب جن ڏين ٿا تہ اِها سوچڻ يا ويچار ڪرڻ جي ڳالھ نہ آهي يعني عقل ۽ سياڻپ سان پرميشور کي سمجهي ڪين سگهبو. نڪي هنڪي روزا يا ورت رکڻ سان ڄاڻي سگهجي ٿو. سوبن ٻاهريان طريقا يا نمونا ڪري ڏسو تہ ڪوبہ طريقو مالڪ کي پائڻ لاءِ ڪامياب نہ ٿيندو. پوءِ گورو صاحب جن اِنهيءَ سوال جو پاڻ خود اُي جواب ٿا ڏين تہ جيستائين لوهين سچ (شبد) کي نہ پڪڙيندا تيستائين هي فنا جو پردو نہ هٽندو ۽ لوهين مالڪ جي حڪم ۽ رضا ۾ هلي ڪين سگهندا. اِهو ڪهڙو حڪم آهي؟ اِهو حڪم لوهان جي اُي اندر آهي.

" نانڪ لکيا نال."

هڪ ٻئي هنڌ گورو صاحب جن فرمائين ٿا:-
" سوچي سوچ نہ هووئي، جي سوچي لک وار."

۽ لباس ٽيڻ واري ڪالهي. گرو صاحب جن فرمائين ٿا ته
اسين ٽنا جي حد يا گهيري کان نڪري، ٽنا جي دائري ۾
اچي ويا آهيون. هاڻي اسين ڪڏهن به ٽنا يعني لباس ٽيڻ وارا
نه آهيون. وري فرمائين ٿا ته جيڪي به اسين دنيا ۾ ڪريون
ٿا سو سڀ ٻيگر جي مثل آهي. ٻيگر ڇا کي ٿا چون؟ انهي
ڪم کي، جنهن ۾ ماڻهوءَ کي ڪم ڪرڻ ڪالهوءَ، ڪرڻ اجورو
يا مزوري نٿي ملي. اهڙي طرح ماڻهو سڄي عمر پنهنجي شرير
۽ پنهنجي ٻارن جي شرير جي سنڀال ۽ پالڻ ۾ وڃائي ٿو يا
انهي ڪالسواءِ هو قوم جي ڀيرا يا دوستن جي خدمت ۾ پنهن
جو وقت ضايع ٿو ڪري. مرڻ وقت نه مت يا مائٽ، نه
ڪٽنبي، نه قوم، نه ملڪ وغيره هن سان وڃي ٿو، باڪ هندو
شرير به هن سان گڏ نه ويندو يعني جي منش جنم انهن شين
جي واڌاري ۽ سنڀال ۾ ٿي لڳي ويو ته پوءِ سمجهو ته ٿوهان
جو جنم اجايو ويو. ها! جيڪڏهن انهن سان گڏ، جتي موسه
ڪالهوءَ وڃڻو آهي، انهي لاءِ به هن ڪجهه ڪوشش ڪئي ڪبو نه
پوءِ اهو بهتر آهي ۽ اهو ئي زندگيءَ جو مقصد آهي.
خود خدا، انسان جي شرير اندر ۽ سڄيءَ آپاهل سرشٽيءَ ۾
موجود يا حاضران حضور آهي ۽ هو مٿان آواز ڏئي رهيو آهي.
اسالحو ڏيان ٻاهر آهي لنهن ڪري اسين انهيءَ آواز کي لٽا
ٻڌون! ويدن ۾ انهيءَ آواز کي ناد چيو ويو آهي ۽ بائبل ۾
انهي آواز کي ورڊ Word سڏيو ويو آهي. مسلمان انهي کي
ڪلمو چيو آهي. "لا الا ال الله"، اهو ڪلمو نه آهي.
اهي اکر ته ڪلمي جي صورت يا حال جو بيان ٿا ڪن، پر
خود ڪلمو نه آهي. جنهن ڪلمي کي اهو لفظ وارو ڪلمو
ظاهر ٿو ڪري، اهو ڪلمو انسان جي اندر آهي. انهي کي
آواز چوڻ به درست يا ٺيڪ نه آهي. اهو ڪلمو يا شبد
هي جان آهي ۽ سڄيءَ عظمت کي لاهڻ واري شڪتي آهي.

وارا ۽ سڀ جمن تا ۽ مرن تا. انهن کان وڌيڪ جٽادار
ن، چاندي يا مٽي ڇٽي وڃي ٿي. مگر سون ۽ چانديءَ کي
ڪت چڙهي ٿي، مگر آهستي آهستي. چاڪاڻ ته سون ۽
نديءَ جا زيور ڪجهه مدت ڪانپوءِ، سوناري وٽ، اُجارڻ
ءِ موڪليا ويندا آهن. مٽي ۽ پاڻيءَ ۾ ٿوري گهڻي ڳري
ي وڃي. جي اِئين نه هجي ته پوءِ جدا جدا هنڌن تي، پاڻيءَ
ءِ مٽيءَ جي ملاوت جيڪر هڪ جهڙي ساڳي نه هجي! چاڪاڻ
ته پاڻي ڪيترن قسمن جي مٽين مان لنگهندو، اُنهن کي اُکيڙيندو،
پاڻ سان ملائيندو اچي ٿو، تنهن ڪري اِنهيءَ مطابق هنجو
تاثير، ۽ سواد ٿو بدلجي. اِنهيءَ مان ثابت ٿيو ته دنيا ۾
ڪا به شيءِ هميشه رهڻ واري يا بقادار ڪانهي. مگر گرو نانڪ
صاحب جن فرمائين ٿا ته هنن جي تجربي ۾ هڪ اهڙي شيءِ
آئي آهي، جا سرشٽيءَ جي پيدا ٿيڻ کان اڳ به هئي،
هينئر پڻ آهي ۽ پوءِ به اهڙي ئي رهندي. اُها هميشه قائم
ٿي رهي يعني ناس نٿي ٿئي. سچ جي معنيٰ ئي آهي
جو هميشه قائم رهي. هتي سچ جي معنيٰ صرف سچ ڳالهائڻ
ڪونهي. گورو صاحب جن ٻئي هنڌ فرمائين ٿا ته اُنهي سچ
يعني نام جي يا ٻاڻيءَ جي سمجهه گوروءَ کان ملندي. جڏهن
اسانکي گورو مليو ۽ اندر جو انيڀو حاصل ٿيو ته پوءِ اِنهي جو
نتيجو اِهو نڪتو ته اسانکي پتو پيو ته هن کان اڳ، اسين
ڪوڙ ۾ ويٺا هئاسين. دنيا ۾ راجا توڙي پرجا سڀ ڪوڙ
آهي ۽ سڀ دنيا جون شيون ڪوڙ يعني ناسونت آهن فقط
نام يا ٻاڻي سچي آهي.

”آد سچ جگاد سچ - هئي ڀي سچ -
نانڪ هوسي ڀي سچ.“

ٻنائڻ يا ناهڻ واري طاقت سچ آهي جا ڪ

جپ صاحب جا ويچار

ايڪ اوَنڪار ستِ نام ڪرتا پرکُ،
نربھؤ نرويرُ، اڪال مورتِ،
اجوني سيڀنگ، گرپرساد، جپُ.

هڪ ڏينهن هاڻندڙ مان ڇهه ست پاڪستان ۾ رهندڙ سک، ٻاس درشن لاءِ آيا. ڳالهه ٻولهه ڪندي، حضور سردار بهادر جن، اُنهن مان هڪ کي چيو ته جپ صاحب پڙهه. هن پڙهڻ شروع ڪيو. "ايڪ اوَنڪار ست نام......." تنهن تي حضور جن هنکي درست ڪندي فرمايو ته اونڪار ڪين لکيل آهي پر **ايڪ او** يعني ايڪو لکيل آهي. وري فرمائون ته مول منتر جي معنيٰ هيءَ ٿيندي:-

"ستنام هڪ آهي جو سرشٽيءَ جي پيدا ڪرڻ وارو آهي. اهو ڪنهن جي به آڌين يا آسري نه آهي، نه ڪنهن سان به هنجو وير آهي. نه اهو فنا يعني ناس ٿو ٿئي، نڪي جنم مرڻ ۾ ٿو اچي. هو پنهنجو پاڻ استر يا قائم آهي. گروءَ جي ڪرپا سان هنجو پتو ٿو لڳي. ايڪ اونڪار جو اصل ۾ مطلب آهي برهم؛ ايڪو جي معنيٰ آهي **'ڪل مالڪ'**، جنهن کي راڌا سوامي به ڪري چئو آهن." وري اُهي سک پڙهڻ شروع ڪيو:-

"آد سچ - جگاد سچ - هئي ڀي سچ - نانڪ هوسي ڀي سچ."

حضور سردار بهادر جگت سنگهه مهاراج جن فرمايو، "ڏسو! گوهالدي اڄرهي ۾ ڪابه اهڙي شيءِ آئي آهي جا ناس ٿئي، ٿئي يا بدلجي ٿي، بلڪ سدائين ساڳي ٿي رهي؟

سرشٽ ڪرمن جي ... ڪنهن سرشٽ ڪرمن جي
... يعني هي اِنسان جو شرير جو ڪنهن سرشٽ ڪرمن جي ڀوڳڻ لاءِ نه آهي.
... ڪري مليو آهي سو وشيه وڪارن جي ڀوڳڻ جي پراپتي ڪيئي، ڇاڪاڻ
... منش جنم جو مقصد سرڳ جي پراپتي ڪيئي، ڇاڪاڻ
... ن منش جنم جو مقصد سرڳ، ڏکڻ وارو آهي. جيڪ
... سرڳ، ناشوان ۽ آخر ۾ دک، ڏيڻ وارو آهي. جيڪ
... ماڻهو اِنسان جي جنم ۾ ڪنن ڀوڳن يعني ڪنين عيش عشرت
... جي ڳالهين ۾ دل لڳائين ٿا، اُهي ڪوڙيءَ قسمت وارا آهن؛ اَمرت
... ڪي ڦٽو ڪري زهر ٿا پيئن. اُهڙن ماڻهن کي ڪوبه عقامند
... ڪونه چوندو ڇاڪاڻ ته اُهي هيرن، لعلن کي ڇڏي ڪوڏين
... ڪي ٿا وٺن. اُنهن جي اَمر آتما چوراسي لک، جونين ۾ ڀٽڪندي
... رهي ٿي ۽ اُهي ڪال، ڪرم ۽ عادتن جي وس ٿي، مايا
جي ڄار ۾ ٿا ڦاسن.

پرميشور جو سدائين سڀ جو ڀلو ڀيو ڪري، سو وري اُنهن
کي منش جنم تو ڏئي. تنهن ڪري اِنسان کي سمجهڻ گهرجي
ته هي منش جو شرير، هڪ ٻيڙيءَ وانگر ڀوساگر پار ڪرڻ
لاءِ مليو آهي ۽ اِها مالڪ جي دیا جيون کي هوا جو ڪم ڏئي
رهي آهي، جا هوا اُنهن جي ٻيڙيءَ کي تڪي، سمنڊ ڪان
پار وٺي ويندي.

"جو نه تري ڀوساگر ۾،
نر سماج آس پائي،
سو ڪرت نندڪ مند متي،
آتم هن گتي پائي."

جيڪو منش جنم پائي، چوراسي لک، جونين کان پار
وڃي، اُهو مورک، نندڪ پنهنجي آتما جو گهات تو ڪ...
۽ درگتي پائي تو.

"سو پر ڪر دک پاڙهي،
سر ڏن ڏن پڇتائي،
ڪالهہ، ڪرمهہ، ايشورهہ،
متيا دوش لڳائي."

سو پرلوڪ ۾ وڃي دک ٿو پائي ؛ روئي پٽي پڇائي ٿو. انهيءَ ۾ ڏوهہ نہ سدس آهي پر هو اهو سڀ ڏوهہ ڪال يعني وقت، ڪرم ۽ ايشور کي ٿو ڏئي!

ايهہ تن ڪر ڦل وشي نہ پائي،
سورگو سو لپ انت دکدائي.
نرتن پائي وشي من ديهي،
پلٽ سڌا کي ست وش ليهي.
تاهي ڪبهو ڀل ڪهئي نہ ڪوئي،
گنجا گرهئي پرس مني کوئي.
آکر چار لچ چوراسي،
جوني ڀرمت يہ جو ابناسي.
ڦرت سدا مايا ڪر پريرا،
ڪال ڪرم سوڀاو گن گهيرا.
ديت ايس بن هيت سنيهي،
ڪيک ڪر ڪرونا نر ديهي.
نرتن ڀؤ بار دهي ڪهون بيرو،
سنمک مرت انوگرهہ ميرو.
ڪرن ڌار ستگر درڙهہ ناوا،
درلڀ ساج سلڀ ڪر پاوا.

منش ديهہ جي مهما

جڏهن شري رامچندر جن لنڪا کي فتح ڪري اَيوڌيا موٽي آيا ته پوءِ اَيوڌيا واسين کي مهاراج رامچندر ڪوتائي، اُنهن کي اُپديش ڏنو، جو منش جاتيءَ لاءِ هتڪاري آهي. پنڊت ودوان ۽ پڙهيل، رامائڻ ته پڙهي تا وڃن، پر رامائڻ جي اندر جو قيمتي پرمارت جي سکيا جو خزانو ڀريو پيو آهي، اُنهي کي نڪو هو سمجهن تا ۽ نڪي اُنهيءَ تي عمل تا ڪن.

مهاراج رامچندر جن اَيوڌيا واسين کي گهرائي چيو ته مان توهان کي جيڪي ڪجهه چوان ٿو، سو ڌيان ڏئي ٻڌو. مان ممتا يا موهہ جي ڪري توهان کي اِهو نٿو چوان. جيڪڏهن مان ڪا ناجائز يا اجائي ڳالهہ چوان يا ناجائز حڪم ڏيان ته پوءِ توهين مونکي ٻڌائجو. منهنجو پيارو اُهوئي آهي جيڪو منهنجو حڪم مڃي ٿو. منهنجو اُپديش توهانکي هي آهي:-

> بڙي ڀاڳ مانش تن پاوا،
> سر درلڀ سب گرنٿ هي گاوا،
> سادن ڌام موڪش ڪر دوارا،
> پائي نہ جيهي پرلوڪ سنوارا.

يعني توهان جا وڏا ڀاڳ، آهن جو توهانکي منش جو شرير مليو آهي. اِهو شرير ديوتائن کي به ملڻ مشڪل آهي، ائين ئي سڀني پستڪن ۾ لکيل آهي. اِهو اِنسان جو شرير پرماتما سان ملڻ جو ذريعو ۽ مڪتيءَ جو دروازو آهي. يعني منش شرير ۾ ئي پرماتما جي ملڻ لاءِ ڪوشش ڪري سگهجي ٿي ۽ مڪتي ملي سگهي ٿي. ديوي ديوتائن کي مڪتي نٿي ملي سگهي ۽ جيڪو ماڻهو منش شرير کي پائي، پنهنجي آخرت يعني پرلوڪ نٿو ناهي سو مورک آهي.

پر ڊر وهي پر ڌار رت،
پر ڌن پر آپبار.
ڌي نر پانور پاپ مٽي،
ديهہ ڌرين منؤ جار.
آئسي آڌم منؤج ڪل،
ڪرت جڳ ڌريتا ناهين.
دواپر ڪيڪ برند بهؤ،
هوٽي هين ڪلجڳ ماهين.

نندا اُستت اُڀي سم،
ممتا مم پد ڪنج،
تي سجن مم پران پريہ،
گن مندر سک پنج.

جن کي نندا ۽ ساراهہ ٻئي هڪ جهڙيون آهن ۽ لالچ ۽ مان منهنجي ڪانہ اٿن، اهڙا سڄڻ مونکي پراڻن کان پيارا آهن ۽ اهي گڻن ۽ سک جا ڀنڊار آهن.

هاڻي مهاراج رامچندر جن برن ماڻهن جا لڇڻ ٿا ٻڌائين ۽ برن ۽ ٻڇڙن ماڻهن جي ڪڏهن ڀاڄي بہ سنگت نہ ڪرڻ گهرجي.

ڪل هردي آٿي تاپ بشيکي،
جرهين سدا پر سمپت ديکي.

جن جي دل بري آهي ۽ جو ٻئي جي شان کي ڏسي جلي ٿو.

جهان ڪهين نندا سنين پرائي،
هرشين مانو پري نذي پائي.

جو پرائي نندا ٻڌي اهڙو خوش ٿو ٿئي جو ڄڻ تہ ڪيس ڪو خزانو هٿ لڳو آهي.

ڪام ڪروڌ مد لوڀ پرائڻ،
نردئي ڪپٽي ڪٽل مالڻ.
وير آڪارن سب ڪاهو سون،
جو ڪر هت آنهت تاهو سون.
جهوٺي لينا جهوٺي دينا،
جهوٺي ڀوجن جهوٺ چبينا.

"شنيدم ڪه مردان راهِ خدا،
دل دل دشمنان هم نه ڪردند تنگ،
ترا ڪي ميسر شود اين مقام،
ڪه با دوستانت خلاف است و جنگ."

خدو اُتر نہ خدا جي راهہ جي هلڻ وارا، دشمن جي دل کي بہ نہ ڏکوئيندا آهن.

اُتي سري رامچندر جن فرمائن ٿا:-

"سُم اپسرت رہو سند براڳي،
لسويا مرش هرش يَشه تياڳي."

يعني جن جو ڪوبہ دشمن نہ آهي، جن لوڀ، خوشي ۽ خوف کي ڇڏي ڏنو آهي.

ڪومل چت دينن پر دايا،
من وچ ڪرم مم ڀڳتي امايا،
سب هي مان پرد آپ اماني،
ڀرت پران سم مم تي پراني.

جڪي سڀني کي مان ٿا ڏين، پر پاڻ خود وڏائي ۽ آدمر نٿا ڪن.

اي ڀرت! اهڙا ئي ماڻهو مونکي پران کان بہ پيارا آهن.

ٻگت ڪام مم نام پرايڻ،
سانت بِرتي بنتي مد تايڻ.

جي منهنجي ڌن آتمڪ نام ۾ مشغول آهن.

سم، دم، نيم نيتي نهين دولين،
پرش بچن ڪبهون نهين بولين.

جڪي اندرين کي دمن ڪرڻ لاءِ ٻوڪ، پراناياما نيتي وغيره جي پنيان نٿا پون ۽ ڪڏهن بہ سخت ۽ ڪوڙا وچن نٿا ٻولين.

وري رامچندر مهاراج جن فرمايو ته انهن نئون ڀڳتين مان، جنهنجي دل ۾ ڪٿي هڪ قسم جي ڀ ڀڳتي هجي، پوء ڪٿي هو مرد يا زال يا جانور يا وڻ هجي، ته ڀ اُهو مونکي پيارو آهي. هائي سوال ٿو اُٿي ته، جانور، ڪيڙا يا درخت، اِهي ڪيئن ٿا ڀڳتي ڪري سگهن؟ اِنهيءَ جو جواب اِهو آهي ته، جنهن جانور مٿان سنت سواري ڪن يا جيڪو ڪيڙون يا جيت سنتن جي پيرن هيٺ دٻجي مري وڃي يا جنهن وڻ جو سنت ڏندڻ ڪن يا ميوو کائين ته پوء اها ڀ سنتن جي شيوا آهي يعني اُهي ڀ رام کي پيارا آهن. اُنهن کي ڀ هڪدم مُڪِش جنم ملي ٿو.

سنتن جي مهما

ڀرت، مهاراج رامچندر جن کي وينتي ڪئي ته مهاراج! مان توهان جي مک مان سنتن جا لڇڻ ٻڌڻ چاهيان ٿو، جن جي مهما پراڻن ۽ ويدن ۾ ڪيترن نمونن سان ڪئي وئي آهي، ته سنت توهانکي سڀ کان وڌيڪ پيارا آهن. توهين مونکي سنت ۽ اسنت ۾ تفاوت ٻڌايو.

تلسي داس جن، مهاراج رامچندر جن جي مکارونند دواران سنتن جي مهما هن طرح بيان ڪئي آهي:—

"بشي آلمپٽ سيل گناڪر،
پر دک دک، سک سک ديکي پر."

يعني سنت وشيہ وڪارن کان پري، ٻوڙ رهڻيءَ وارا، سڀني گڻن جا ڀنڊار ٿين ٿا. ٻين جي دک کي ڏسي دکي ۽ پرائي سک کي ڏسي، سکي ٿين ٿا.

شيخ سعديءَ پڻ چيو آهي:—

منتر جاپ مر دردِ وشواسا ،
پنچم پڄن سو ويد پرڪاسا .
ڇٽ دم سيل برٽي بهو ڪرما ،
نوت نرنتر سڄن ڌرما .
ساتو سم موهين مٿي جگ ديکا ،
مولي سنت أڌڪ ڪر ليکا .
آٺو جٿا لاڀ سنتوشا ،
سپني هو نهين ديکي پردوشا .
نوم سرل سب سو ڇل هينا ،
مر پروس هيي هرش نہ دينا .
نو مهون ايڪو جن ڪي هوئي ،
ناري پرش سچر اچر ڪوئي .
سوئي أتي سي پريہ ڀامن موري ،
سڪل پرڪار ڀڳتي درڍ توري .

ٻهرين ڀڳتي آهي سنتن جي سنگت. ٻي آهي ڪٿا وارتا جو شوق. (يعني سنتن جي سنگ ۽ شوق) ٽين ڀڳتي گروءَ جي شيوا آهي. چوٿين ڀڳتي آهي ڪپٽ ڇڏي، منهنجن گڻن جو وچار ڪرڻ پنجين ڀڳتي آهي ڄپ يعني شبد کي ڄاڻڻ. ڇهين ڀڳتي آهي دم يعني اندرين کي روڪڻ ۽ سيلوان ٿيڻ. ستين ڀڳتي آهي، سڀني ۾ پرماتما ڀسڻ يعني هيڪڙو سڀني جنتن ۾ پرماتما ڏسي ٿو، سو ڪنهن جي به دل نہ ڏکوئيندو. اٺين ڀڳتي آهي سڀني ۾ نہ ڪنهنجو دوش نہ ڏسڻ. ناوين ڀڳتي آهي دل مان ڇل ڪپٽ ڪڍي سڀ سان برهم پيار سان هلڻ ۽ منهنجي ڀروسي تي رهي، خوشيءَ ۽ غم کان ٻري ٿيڻ.

"پريم مگن مک بچن نہ آوا،
پني پني پد سروج سر ناوا."

مهاراج رامچندر جا پير ڌوئي، هنکي پٽ تان اُٿاري، سني آسن تي وهاريائين ۽ هنجي اڳيان ٻيهر رکيائين جي هن ترلم سان ڪاڏا.

ڀيلڻيءَ چيو، "مان سيني ۾ گهٽ ذات جي گنوار آهيان."
تنهن تي رامچندر جن فرمايو، "اي ڀيلڻي! مان فقط هڪ ئي رشتو ڄاڻان جو آهي ڀڳتيءَ جو."

جات پات کل ڌرم بڙائي،
ڌن بل پري جن گن چترائي،
ڀگتي هين نر سوهي ڪئسي،
بن جل وارد ديکئ جئسي.

يعني جن ماڻهن ۾ ڀڳتي نہ آهي، اُهي ڪيتري ڪهڙي ۽ وڏي خاندان جا يا سيٺ شاهوڪار يا عقل وارا هجن، پر اُهي اهڙا آهن جهڙا پاڻيءَ بنا بادل.

اي ڀيلڻي! منهنجي ڀڳتي ٩ قسمن جي آهي.

نوڌا ڀگتي ڪهون توهي پاهي،
ساوڌان سن ڌر من ماهي.
پرٿم ڀگتي سنتن ڪر سنگا،
دوسر رتي مم ڪٿا پر سنگا.
گرو پد پنڪج سيوا، تيسري ڀگتي امان،
چوٿي ڀگتي مم گن گن،
ڪرهين ڪپٽ تج گان.

نه نه پوءِ گورو اُنهن جي اُتڪرش يعني اُندر ۾ ڪيئن
طرح ايندو؟ پوءِ ڪيئن هنن جو ڌيان هڪ لڳندو ۽ پريم ۾
لوڙهي لڳندي؟

” هڪ دل لاکون تمنا، اُس پر اور زياده هوس،
ڦر ٺڪانا هي ڪهان، اُس ڪي بٺاني ڪي لئي ۔

ڀڳتيءَ جي مهما

جڏهن مهاراج رامچندر جن، سنتن جي ٽولي ۾ ڦرندا، ڀمباسر
وٽ پهتا، جتي گهڻئي رشي مني، تپ ڪري رهيا هئا ۽
اتي شبري ڀلڻيءَ جي به جهوپڙي هئي. جڏهن انهن کي
رام جي اچڻ جو پتو لڳو، تڏهن هر هڪ پنهنجي گهر کي
صاف ڪري لسو وغيره ڏنو، انهيءَ خيال کان ته رام، سندس
گهر ۾ ايندو. ڪنهن پاڻ کي سمجهيو ٿي ته مان وڏو ودوان
آهيان، ڪنهن وري اڀياس ۽ تپ جو اڀمان ٿي ڪيو ته رام
منهنجي ئي گهر ايندو ۽ ڪنهن کي پنهنجي جپ تپ جو
اڀمان هو.

ڀلڻيءَ کي سندس گروءَ متنگ رشيءَ چيو هو ته جڏهن
مهاراج رامچندر جن ڀمباسر ايندا ته هو تنهنجي گهر ۾ اچي
رهندا. هوءَ پنهنجو گهر صاف ڪري، جهنگل ۾ رام لاءِ ڦل
ڪٺا ونئي ۽ آڻي سر ڪٺي آئي. چاڪاڻ ته جهنگ جا ٻير کٽا
ٿيندا آهن، تنهن ڪري هوءَ هر هڪ ٻير کي چکندي ويئي
ته ڪهڙو ٻير مٺو آهي. جيڪو ٻير مٺو هو، اهو رام جي لاءِ
ٽوڪريءَ ۾ رکندي ويئي ۽ کٽي ٻير کي ڦٽو ڪندي ويئي.
جڏهن هوءَ گهر واپس آئي ته مهاراج رامچندر جن کي، هن
پنهنجي جهوپڙيءَ ۾ زمين تي ويٺل ڏٺو ۽ هوءَ پريم ۾ گد
گد ٿي خوشيءَ ۾ ٻرڪي ويئي ۽ هن جي زبان بند ٿي ويئي.
— انهيءَ حالت کي تلسيداس جن هن ريت بيان ڪيو آهي:

کرم بچن من راور چبرا،
رام کرهو نیهي کي اُر ديرا.
جاهي نہ چاهي کبهو کچ،
لم سن سهج سنيهہ.
بسو نرنتر تاسوُ من،
سور اور نج گيهہ."

ارٿ:- جن ماڻهن ۾ ڪام، ڪروڌ، لوڀ، موهہ، اهنڪار ۽ راڳ، دويش نہ آهن، جيڪي سڀ جا پيارا، سڀ جو ڀلو چاهيندڙ ۽ ڀلي ڪرڻ وارا آهن؛ جنکي دک، سک، ساراهہ ۽ نندا سمان آهي؛ جيڪي پرائي زال کي ماءُ ڀيڻ ڪري سمجهن ٿا ۽ پرائي ڌن کي زهر ڪري ليکين ٿا؛ جيڪي ٻين جو مان شان ۽ مرتبو ڏسي خوش ٿا ٿين ۽ ٻين جي مصيبت ڏسي کين دک، ٿو ٿئي ۽ جيڪي گوروءَ کي مالڪ، دوست، ماءُ پيءُ ۽ سڀ ڪجهہ ڪري سمجهن ٿا؛ جيڪي ٻين جا عيب نہ ڏسي، انهن جي ڳڻن کي ڳرهڻ ڪن ٿا؛ جيڪي ساڌوءَ ۽ ڳانءِ لاءِ پاڻ کي تڪليف ڏين ٿا ۽ جيڪي دنيا ۾ عقل، نيتي يا انصاف سان هلن ٿا؛ جن کي سڀ طرح تنهنجو ئي ڀروسو آهي؛ جيڪي ذات پات، ڌن ملڪيت، وڏائي، ڪٽنب، گهر ٻار کي پنهنجي دل مان ڪڍي، توسان لنئو لڳائين ٿا؛ جن کي نرڪ يا سرڳ جي ڪابہ خواهش ڪانهي، مطلب تہ جنکي توکان سواءِ ٻيو ڪجهہ بہ نہ گهرجي، اي رام! تون انهن جي دل ۾ وڃي نواس ڪر.

هاڻي سوچيو! تہ جيڪي ماڻهو، اهڙا شڪايت ٿا ڪن، تہ کين انڌر ۾، گوروءَ جو روپ ڏيان ۾ نٿو اچي، اهي اهو خيال ڪن تہ، سچ پچ انهن ۾ مٿي ڏنل خوبيون آهن؟ جي

جنني سم جانهي پر ناري،
ڌن پراو بش ٽي بش ڀاري۔
جي هرشين پر سمپتي ديکي،
دکت هوئين پر بپت بشيشي۔
جنهين رام ٽم پران پياري،
ٽن کي من سڀ سدن ٽماري۔
سوامي سکاپت مات گر،
جن کي سب ٽم ٽات۔
من مندر ٽن کي بسهو،
سيا سهت دوئو ڀرات۔
اوگن ٽج سب کي گن گهين،
ٻپر ڌينو هت سنڪٽ سهين۔
نيتي نپن جن ڪئي جگ ليکا،
گهر ٽمهار ٽن کرمن نيکا۔
گن ٽمهار سمجهئي نج دوسا،
جيهي سب ڀانتي ٽمهار ڀروسا۔
رام ڀگت پريه لگهين جيهي،
ٽيهي أر بسهو سهت بيديهي۔
جات پات ڌن ڌرم ٻڙائي،
پريه پريوار سدن سکدائي۔
سب ٽج ٽمهين رهين أرلائي،
ٽيهي کي هردي رهو رگهورائي۔
سرگ نرک اپورگ سمانا،
جهان تهان ديکہ ڌرين ڌن بانا۔

تي لڇمڻ چيو:-

ڪاهو نہ ڪوئي دک سک ڪر داتا،
نج ڪرت ڪرم ڀوگہ سب ڀراتا.

يعني اي ڀائي! ڪبہ بہ ڪنهن کي ڏک سک تہ ڏيئي سگهي. سڀ ماڻهو پنهنجن ڪيل ڪرمن موجب، ڦل ڀوڳين ٿا. اهي ڇا ٿا ڀوڳين؟ تنهن لاءِ فرمائن ٿا:-

"يوگہ وِيوگہ ڀوگہ ڀل مندا،
هت انهت مڌيم ڀرم ڦندا.
جنم مرن جهان لگہ جالُ،
سمپت وپت ڪرم آرڪالُ.
ڌرني ڌام ڌن ڀر پريوارُ،
سرگہ نرڪ جهان لگہ بيو هارُ.
ديکئي سنئي ڀگہ نيمن ماهين،
مايا ڪرت پرمارٿ ناهين."

جيئن خواب ۾ انسان ڀيکاري (فقير) ۽ شهنشاهہ ٿي وڃي ٿو، پر جڏهن هو جاڳي ٿو، تہ نہ هن کي نفعو ٿو ٿئي ۽ نہ نقصان؛ اهڙي طرح هيءَ دنيا ٿي دوکو آهي. دنيا ۾ ڪابہ اصليت يا سچائي ڪانهي. انهي سمجهي، اي ڀائي! ڪنهن کي بہ ڏوهہ نہ ڏيڻ گهرجي.

رام ڪٿي ٿو رهي؟

جڏهن بن ۾ رامچندر کي والميڪ رشي گڏيو، رامچندر هن، انهي سنسان جهنگل ۾ هن کان پڇن ٿا تہ، اي رشي! مان ڪٿي رهان؟ تنهن جو والميڪ ڪهڙو نہ سندر جواب

توهين منهنجي ڳوٺ ۾ هلو ۽ رات جو وقت غريب جي
هلي آرام ڪريو.“ رامچندر جن فرمايو، ”مون پرڻ ڪ
آهي تہ مان چوڏهن سالن تائين، ڪنهن بہ شهر يا ڳوٺ ۾
رهندس. اسين ڳوٺ جي ٻاهران ئي، رات ڪاٽينداسين.
اُنهيءَ تي هن اُليٽي ڳوٺ جي ٻاهران ئي، ڳاهہ جي هڪ
جهوپڙي ناهي، هنن کي سمهاريو. پوءِ لڇمڻ ۽ گوهہ تير ڪمان
ڪٽي، سڄي رات اُتي پهرو ڏيڻ لڳا. اُنهيءَ وقت، هنن
کي زمين تي سمهيل ڏسي، ماڻهن کي حيرت وٺي وئي،
چاڪاڻ تہ :-

”پتا جنڪ وڏت پرڀاءُ،
سسر نريش سڪا رگهوراءُ،
رامچندر پتي سو بي ديهي.
سووت مهي بڌي بام نہ ڪيهي،
سيا رگهوبير ڪي ڪانن جوگو،
ڪرم پرڌان ستيہ ڪهين لوگو.“

يعني سيتا جنهن جو پيءُ راجا جنڪ آهي، جنهن جو مرتبو
سڄيءَ دنيا ۾ مشهور آهي؛ جنهن جو سهرو راجا دشرٿ آهي؛
۽ جنهن جو پتي رامچندر آهي، سا هيٺڙ پٽ تي سمهي پيئي
آهي. پوءِ چو ڪين تقدير کي ڏوهہ ڏجي، تہ ڇا! رام ۽ سيتا
ن ۾ پٽڪڻ لائق آهن؟ سڀ ماڻهو اهوئي چئي رهيا آهن
. هن دنيا ۾ ڪرم پرڌان آهي يعني هرهڪ آتما، پنهنجي
ڪيلن ڪرمن جي آڌين آهي. جيڪي بہ پاپ پنُ، اسان اڳين
نمن ۾ ڪيا آهن، اُهي سڀ هن جنم ۾ اسانجي پرالبڌ يعني
سمت بڻجي اسانکي ستائين ٿا. اِئين ڏسي، گوهہ کي، جنهن
مڻ سان گڏ پهرو پئي ڏنو، تنهنکي ڏاڍو ڏک ٿيو. تنهن

"برهم، رام کـي نـام بڙـ برداڪ بـردان،
رام چرت ست ڪوٽ مهہ ـ لئي مهيش جيہ جان."

يعني نام جي وردان ڏيڻ وارن کي بہ، نام ور ڏيڻ وارو آهي. يعني نہ سڀني شڪتين جي شروعات اُنهي مان ئي ٿيندي آهي.

جنهن نام کي گوسائين جن، برهم ۽ رام کان به وڏو ڪري ڪوٺيو آهي، اهو ورن آتمڪ نام نہ آهي جو لکڻ پڙهڻ ۽ ڳالهائڻ ۾ اچي سگهي. جهڙن رام رام جپڻ يا گينا، جپ صاحب، وشنو سهسر نام جو جپ ڪرڻ، يا راڌا سوامي اکر جو جپ ڪرڻ، يا واهگرو يا گائتري منتر جو جپ ڪرڻ، اهي سڀ شڀ ڪرم آهن، مگر اُهن جو ڦل، جنم مرڻ کان ڇوٽڪاري ڏيڻ وارو ڪين آهي. جنهن "نام" کي برهم ۽ رام کان وڏو ڄيو ويو آهي، اهو ناد يا آڪاش واڻي آهي ۽ اهو ئي حقيقت ۾ سچو رام آهي. جو سڀ ۾ وياپڪ ۽ سڀني جي گهٽ گهٽ يعني اندر ۾ موجود آهي. پر گروءَ کانسواءِ ڪنهن کي نام جو پتو نه پوي. آخر ۾ تلسي داس جن فرمائين ٿا:-

ڪهون ڪهان لگہ نـام بڙائـي،
رام نـہ سڪئـي نـام گـن گائي.

تنهن ڪري "رام رام" يا "واهگرو"، يا "راڌا سوامي" نہ ڪي ڪي سب اکر يا لفظ آهن. پر اهو نـام ڌن آتمڪ نام آهي جو هر وقت انسان جي مستڪ ۾ گونججي رهيو آهي.

ڪرمن جي گتي

[illegible] جي سواس جي وقت وستي ۾، گروءَ [illegible]، هڪ ڪين وينتي ڪئي، "مهاراج!

يعني هري يا پرماتما گرو رامداس ٻڌجي آهو آهي. اِنهيءَ راز جو پتو، اَندر وچڻ کان پوءِ تو پوي. ٻاهران ستگرو تہ اِنسان معلوم ٿيندو آهي. مولانا روم صاحب جن فرمايو آهي:-

”در پس طوطي صفتم داشتہ اَند.“

گروءَ جي تعريف ڪرڻ کانپوءِ، تلسي داس جن فرمايو آهي:-

”مردوُ منگل مي سنت سماجو،
جو جگ جنگم تيرٿ راجو.
رام ڀگتي جهہ سرسري ڌارا،
سرسيِ برهم وچار پرچارا.
بڌي نشيدهہ مي ڪلمل هرني،
ڪرم ڪٿا روي نندن برني،
هر هر ڪٿا براجت بيني،
سنت سڪل مد منگل ديني.“

يعني سنت جنگم يعني گهمندڙ ڦرندڙ تيرٿ آهن. دنيا جا تيرٿ تہ هڪ ئي جڳهہ تي بيٺل هوندا آهن. جهڙي طرح، هردوار، اَمرنات، دوارڪا وغيره مگر فقير، ساڌو يا مهاتمائون گهمندڙ ڦرندڙ تيرٿ آهن ۽ اُهي ماڻهن جي دلين جي ميل ٿا ڌوئن. ٻاهريان تيرٿ تہ فقط شرير جي ميل صاف ٿا ڪن.

سنت کان پوءِ ستسنگ جي مهما آهي. گويا رامائڻ سنت مت جي اُصولن جو نئي بيان تو ڪري، ماڻهو تلسي ڪرت رامائڻ تہ پڙهن ٿا. مگر اُنجيءَ کي پڙهي، جيڪڏهن هو گروءَ جي ڳولا يا تلاش نٿا ڪن ۽ ستسنگ ۾ ڪين ٿا وڃن، اهڙن ماڻهن جو رامائڻ پڙهڻ بي فائدي آهي.

نام جي مهما

گوسائين تلسي داس جن نام کي برهم ۽ رام کان بہ وڌيڪ سرپشت ڪري بيان ڪيو آهي.

راماڻ جا ويچار

راماڻ ۽ سنت مت - گورو ۽ ستسنگ جي مهما

سنت ڪٽي مسلمان هجن يا هندو، آهي سڀ، ڪو به ڪتاب رچڻ يا لکڻ کان اڳ، انهيءَ کي گوروءَ جي تعريف سان شروع ڪندا آهن. مولانا روم پنهنجي مثنويءَ جو هر هڪ ڀاڱو، ست لوڪ يا حسام الدين جي مهما سان شروع ڪيو آهي. اهڙي طرح هڪ مسلمان شاعر، پنهنجي ڪتاب جي رچنا، اَنامي سان شروع ڪئي آهي.

”بنام او ڪه نامي نه دارد،
به هر نامي ڪه خواني سر بر آرد.“

يعني مان اُهي جي نالي سان شروع ڪريان ٿو جو اَنامي آهي، پر جنهن به نالي سان، مان هنڪي سڏيان ٿو ته هو جواب ڏئي ٿو.

اهڙي طرح تلسي داس جن، راماڻ، گوروءَ جي مهما سان شروع ڪيو آهي ۽ فرمايو آهي ته ستگورو ڪير آهي يعني هو ڪرپا سندو، نر روپ هري آهي يعني انسان جي شڪل ۾ پرماتما آهي هو دليا ۽ رحم جو سمنڊ آهي ۽ لوهين الس سوجهرو ته ڪل مالڪ انسان جو سرشر ڌاريو آهي.

اهڙي طرح سائين بلي شاهه جن فرمايو آهي:-

”مولا آدمي بڻ آيا.“

گرو ارجن صاحب جن فرمايو آهي:-

هر جيو نسام پڙهيو رامداس.“

انهنجا ست ڪل تري وچن ٿا. جيڪي توري گهٽي نام جي
ڪمائي ڪن ٿا انهنجو به هڪڙو به ڪل تري وچن ٿا. سو نام
ته نام ئي آهي. گورو صاحب جن فرمائين ٿا ته سنت پاڻ تري
وچن ٿا، پنهنجي ڪل کي تاري ڇڏين ٿا ۽ پنهنجي سنگت کي
به تارين ٿا.

نانڪ تس کا لالا گولا،
جن گورمک هر لو لائي هي.

هاڻي گورو نانڪ صاحب جن فرمائين ٿا ته مان به انهيءَ
جو غلام آهيان. ڪنهنجو غلام؟ جنهن ۾ اها طاقت آهي جو
پاڻ تري ۽ پنهنجي سنگت کي تاري، جنهن پنهنجي لنو هريءَ
سان لڳائي رکي آهي، جنهن نام سان لڳن لڳائي رکي آهي.
سو گورو صاحب جن نام وارن جي اُستري مهما ٿا ڪن. مان
هرلن به عرض ڪري چڪو آهيان ته سڀني سنتن نام جي
مهما ڪئي آهي، ستگوروءَ جي مهما ڪئي آهي. هاڻي اهوئي
مضمون حضور سوامي جي مهاراج جن ڪڍن ٿا.

هائي هن سنسار مان لڪرڻ جي جڳتي ٻڌائيندي فرمائين ٿا ته شيوڪ ته سيئي آهن. ڪنهن پنهنجو پيار ڪنهن سان ته ڪنهن ڪنهن سان لڳائي رکيو آهي. جنهن سان جنهن پيار لڳايو آهي اهو هنجو شيوڪ آهي. جن جو دنيا سان پيار آهي، انهنکي دنيا بار بار دکر ۽ ڪايش ڏئي ٿي. جنهن نام جي ڀڳتيءَ کان نام جو ڀيد وٺي نام سان پيار ڪيو آهي اهو چوراسيءَ کان نڪري وڃي مالڪ سان ملي ٿو. انهن جي ڪهڙي حالت آهي؟ اهي اندر وڃي مالڪ جي گود ۾ ڀنا لطف لي رهن ٿا. اهي شبد دواران مالڪ جي چرنن ۾ وڃي پهچن ٿا. ٻائيءَ ۾ ته بار بار سنتن ۽ شبد جي مهما جو ذڪر اچي ٿو.

لت لڀهه أنتر ڪت جاڻهر،
مت سنگت ساچ وڏائي هي.

جن به نام جي سار ڪي سمجهيو انهنکي اندر جي اوستا جو ڪيان پرابت ٿي واو. جيڪو نام جو سار آهي سو سڀ جو مول لت آهي. جن به ان مول لت کي پڪڙيو، انهن جڙ پنهنجي اندر روحاني سفر شروع ڪري ڇڏيو. باقي جيڪي لوڪ ٻاهر وٺا آهن انهنکي اندر جي ڪابه خبر ڪانهي. اها نام جي لت جي خوبي آهي ته جيڪو به ان سان پيار ڪري ٿو اهو مالڪ جي گود ۾ پهچي وڃي ٿو.

آپ ترئي جن پترا تاري،
سنگت مکت س پار أتاري.

ڏسو ته نام جي ڪيڏي مهما ٿا ڪن. فرمائين ٿا ته جيڪي نام جي ڪمائي ڪن ٿا، اهي پاڻ ته تري وڃن ٿا پر پنهنجي اولاد کي به تاري ٿا ڇڏين. سنتن جا ١٠١ (هڪ سؤ هڪ) ڪل ڪ، وڏا ٿا. جيڪي چڱي ڪمائيءَ وارا پريمي آهن

۽ مالڪ هڪ ئي آهي جو تخت تي براجمان آهي. ائين ڪينهي
۽ ان تخت لئي ڦيرڻ اُن جو ڏاڍو هو ۽ پوءِ ان جو ڀيءُ آهو
بلڪ هو ۽ جڳن جڳن ڪان هڪ ئي آهي.

ساڪت ڪوڙي بند پوائيئهه،
مرجنهه آئي جائي هي.

جيڪي منمک آهن، ساڪت آهن، سي ڪوڙ سان ٻڌا پيا
آهن. اهو ئي سوامي جي مهاراج جن فرمائين ٿا، "پهلي بندن
پڙا ديهه ڪا." ڦيرڻ ۽ جيو هن ديهه ۾ آهو يعني بيحد مان
حد ۾ آيو. لامحدود، مان محدود ٿيجي پيو. "دوسرا ڪريا ڄان."
جڏهن انسان جي شادي ٿي، ۽ پيو بندن پئجي ويس.
"تيسرا بندن پتر وڃاو، چؤٿا نالي مان." جيئن سلسلو وڌندو
ويو ڪيئن زنجيرون پونديون ويون. ذرو ئي ڪن ۾ سور پيو
۽ ڊاڪٽر وٽ وڃڻو پيو. ٻي ڪا تڪليف ٿي ۽ ٻه ڊاڪٽرن
وٽ وڃڻو پيو. پٽ ڏهٽرون پيدا ٿيا، اهي ٻه بندن پيا. پوٽو
ڄائو ۽ ڦيرڻ ۽ پٽ جو بندن هو هاڻي ۽ پوٽي جو ٻه بندن پيو.
"نالي ڪي ڪهين نالي هووي، ڦر ڪهو ڪؤن نڪانا."
جڏهن اجان ٻه سلسلو وڌيو، پوءِ ۽ رات ڏينهن چنتائن ئي هنڪي
گهيري رکيو. دنيا سان پيار ڪري جيو جي اها دردشا ٿئي
ٿي جو هنکي وري جنمڻ ۽ مرڻو پوي ٿو، "جهان آسا
تهان باسا." برابر ائين ئي ٿئي ٿو. جيڪڏهن هيئر ٻه نام
جو خيال يعني ڌيان ڪجي ۽ اهو ڌيان پڪو ٿي وڃي پوءِ ۽
اسان کي هتي واپس اچڻ جي ضرورت ئي ڪانهي. جيڪڏهن
اسانجو خيال نام سان جڙيل ڪونهي پوءِ ۽ اسانکي هن دنيا
مان وٺي وڃڻ وارو يا ڪيڏڻ وارو ڪوبه ڪونهي.

گور ڪي سيوڪ ستگور پٺاري،
آئم بنسهه تخت سو سبد ويچاري.

ٿي رهندو، هينئن حوليءَ ۾ وٺندو، چوراسيءَ جي چڪر ۾ ويندو. انسان نه ڪو ڇڏيندو.

ناجيئہ مريئ نہ ماريا جائي،
ڪر ديکي سبد رجائي هي.

آتما کي نه ڪو به ماري سگهي. فرمائين ٿا ته توهين پنهنجي آتما کي شبد جي حوالي ڪري ڇڏيو پوءِ ان جو آنند ڏسو. جيستائين آتما من جي حوالي آهي تيستائين ڪلش آهي. جيڪڏهن هي جيو آتما کي شبد جي حوالي ڪري ڇڏي ته چڪر جنم مرڻ کان ڇٽي پوي. سنتن کان بار بار اهائي هدايت ملي ٿي ته اندر وڃي پنهنجي خيال کي نام سان جوڙيو ته توهانجي جنم مرڻ جو چڪر سماپت ٿي ويندو. توهين ان حد کان ٻي پار ٿي ويندا، توهانجي مڪتي ٿي ويندي.

اوهہ نرمل هي ناهي انڌڪارا،
اوهہ آپي کنت بھي سچيارا.

هيٺئر ٻنهي اوستائن جي ڳالهه ڪن ٿا ته دنيا جا ماڻهو ڪهڙي حالت ۾ رهن ٿا ۽ مالڪ جا پيارا ڪهڙي خيال ۾ رهن ٿا. فرمائين ٿا ته نام نرمل آهي، نام ۾ پرڪاش آهي. اهوئي گورو ارجن صاحب جن فرمائين ٿا:-

”نام جپت ڪوٽ سور اجارا، بنسي ڀرم انڌيرا.“

جيڪو نام جي دائري ۾ داخل ٿي وڃي ٿو، انجو سارو انڌيرو ۽ اگيان دور ٿي وڃي ٿو. جيڪي نام کان خالي آهن اهي انڌڪار ۾ ڌڪا ڌوڙيون کائي رهيا آهن. سو جيڪو ٻاهر ويٺو آهي سو انڌيري ۾ ويٺو آهي. گورو صاحب فرمائين ٿا

ڪتي دور ڪونهي. صرف پنهنجي خيال کي اندر جي طرف ڪرڻو؛ ڏسو ته اُتي نام جي گونجار ٿي رهي آهي.

بگهن ناهي گورمک تر تاري؛
اِئه پؤجل پار لنگهائي هي.

هاڻي فرمائين ٿا ته جيڪڏهن هي ساڌن ڪندا يعني اندر نام سان جڙندا، گورمک بڻجندا ته پوءِ توهان جي راهه ۾ ڪا به رڪاوٽ پيش نه ايندي، سڌو مالڪ جي درگاهه ۾ پهچي ويندا. اهو ئي طريقو آهي سنسار ساگر مان تري وڃڻ جو. اهو مالڪ ڪٿي دور ڪونهي، نزديڪ ئي آهي. هن کي پراپت ڪرڻ لاءِ صرف خيال کي موڙڻو آهي. تنهن ڪري خيال کي اندر ڪري نام سان جوڙي ڇڏيو.

ديهي اندر نام نواسي،
آپي ڪرتا هي ابناسي.

وري گورو صاحب جن سائين ئي اُپديش ڪن ٿا ته توهانجي ديهه اندر ئي نام جو نواس آهي، توهانجي اندر ئي نام جي ڌارا اچي رهي آهي. نام ذريعي ئي مالڪ ملي ٿو. صرف نام سان پنهنجي خيال کي جوڙيو جيئن نام ۾ سمائجي سگهو. نام سيني جوڙڪرتا آهي، ابناسي آهي، هو ڪڏهن به ناس نٿو ٿئي. جا چيز بدلجڻ واري ناهي، جا ابناسي آهي، جيڪڏهن ان سان پيار ڪنداسين ته اسين به ابناسي ٿي پونداسين. جنهن به چيز سان پيار ڪنداسين، موت ڪانپوءِ اتي ئي وڃڻو پوندو. جيڪڏهن جيو مايا سان پيار جوڙي رکندو ته پوءِ هو مايا ۾

ٻرنڪاري جي صورت ۾ اڃائي هڪ آهي ته من جو ٻئه ڇڏي اندر وچي نام جو پله پڪڙيو.

باڏي مڪت ناهي نر نندڪ،
ڏوڀهه نند پرائي هي.

سارو سنسار ٻڌن ۾ ڦاٿو پيو آهي. ماڻهو جيڪي ٻه ساڌن من مارڻ ۾ ڪن ٿا، اهي سڀ ولوڙ آهن ڇاڪاڻ ته انهن مان ڪوبه مڪتيءَ جو ساڌن ڪونهي. گورو صاحب فرمائين ٿا ته اهڙا سيئي ماڻهو من مارڻ ۾ پنهنجي عمر ٿي ويندا آهن ڇاڪاڻ هو عقل ۾ ٻاڻ ڄڙو ٿي ڪنهنکي ڪوله سمجهندا آهن ۽ ٻيو هو پرائي ننداڪندا آهن. ٻي جي هو اکين ڪان مٿي چڙهندا ته لري ويندا.

بولهه ساچ پڇاڻه اندر،
دور ناهي ديکهه ڪرندر.

هن ڪان اڳ منمکن جي اوستا جو ورڻن ڪيو الن ته ڪهڙي طرح هو ٻڏا پيا آهن. هيئنر لري پار پوڻ جي اوستا ٻڌائين ٿا ته ڪيئن لري سگهجي ٿو. فرمائين ٿا ته ڪوڙ يعني سا جو پيار ڇڏي ڏيو، مايا جو پيار ڇڏي ڏيو ۽ اندر وچي نام سان پريم جوڙيو. ”بولهه ساچ پڇاڻه اندر.“ جڏهن دنيا ڪوڙ آهي، لکيي آهي ته پوءِ اڃي ڳالهه ٻولهه، انهيءَ جو وهنوار سچو ڪيئن ٿو ٿي سگهي؟ انڪري اندر وچي ان سچ سان پيار ڪريو. جيڪو ان سچ جي پيار ۾ مگن آهي، انجو وچن به سچ آهي ڇاڪاڻ ته اهو نام جو وچن آهي. ان ڪانسواءِ ٻاهر جيڪا دنيا جي ٻولي آهي، اها ڪوڙ جي ٻولي ٻولڻي آهي. سنت فرمائين ٿا ته ڀلا آدمي! مالڪ

جن پائيا تن پوڇھ پائي،
سکھ ستگور سيوَ ڪمائي ھي.

جن ستگورن جي ذريعي نام جو سکھ حاصل ڪيو آھي، انھن کان پڇي ڏسو. اھي ته ائين چون ٿا تہ سکھ نام ۾ ئي آھي. جيڪي سچ پچ سکھ چاھين ٿا انھنکي گھرجي ته ڪنھن نام جي پيديءَ کان نام جي جڳتي وٺي نام سان جڙي وڃن. سيني سنتن اھوئي ساڳيو اُپديش ڏنو آھي ته نام سان پنھنجي سرت کي جوڙيو. اھو نام ڪٿان ٿو ملي؟ صرف ڪنھن نام جي ڏاتيءَ، نام جي پيديءَ وٽان.

گور بن اُرجھ مرھ بيڪارا،
جم سر ماري ڪري خوارا.

يعني توھين تڪي ڪنھن نام جي پيديءَ جي صحبت ٿا ڪريو ۽ نڪي ھنجي ھدايتن تي عمل ٿا ڪريو. دنيا طرف ڏسو تہ ڪو مندرن ۾ وڃيٿو تہ ڪو مورتين جي پوڄا ڪرائٿو، ڪو ھٺ ڪرمن ۾ لڳو پيو آھي ته ڪو ڪنھن ٻئي اپياس ۾. گورو صاحب فرمائين ٿا ته اُھي سڀ غلط رستي تي پيا وڃن. مارگ صرف ھڪ ئي آھي ۽ اھو آھي نام سان جڙي وڃڻ. ھيءُ اندر وڃڻ جو مضمون آھي. جيڪو پاڻ اندر وڃيٿو انکان ئي پڇو ته اندر ڪھڙي طرح وڃبو آھي. سنسڪرت ۾ ته اھو اڄ ئي اچي چڪو آھي تہ جيڪي ماڻھو مڪتيءَ لاءِ پيا ساڌن ڪن ٿا اھي تہ پاڻ تي وڏيڪ ميل چاڙھي رھيا آھن چاڪاڻ ته اُھي ٻاھر مکي ڪرمائون مڪتيءَ جو ساڌن آھن ئي ڪين. جيسٿائين جيو ڌرماءِ جو دلش لٿو ڇڏي تيسٿائين سندس ڇوٽڪارو ڪيئن ٿيندو؟

لدي آهي جا لمار وڏي آهي ۽ ان مان وڏاون جيمون پيئون لڪرن . ألي جمر جي ڪوه سهائتا ڪرڻ وارو ڪولهي، هڪي چِلٽو پوي ٿو .

پڙ پڙ اگن ساگر دي لهري،
پڙ دجهه منمکر ٽالـي هي .

يعني جيڪي هن دنيا ۾ منمک رهيا، وشيه وڪارن ۾ غلطان رهيا، انهن کي ٿي اُن آگ ۾ جلٽو پوي ٿـو . سـو جيڪڏهن گورو نانڪ صاحب جن جي وچنن تي وشواس رکو ٿا ته ڪڏهن به آپگهات ڪرڻ جو خيال نه ڪرو . جيڪڏهن مرڻ سان دکن جو الت اچي ته جيڪر سڀني جو ڇوٽڪارو ڪمن ٿي وڃي! مگر نه . جيڪر دک درد مرڻ ڪانپوءِ ٿي ٿو ان جي پيت ۾ ته هي سنساري دک ڪجهه به ڪوله آهن .

گورو پهه مکت دانو دي پاٽِي،
جـن پـائيا سوئـي بـڏ جاٽِي،

گورو صاحب جن ڪهڙي هدايت ڏني آهي؟ ته مڪتيءَ جو مارگ نام آهي ۽ نام جي ابياس جو طريقو گوروءَ کان ملي ٿو . "گورو پهه مکت دانو دي پاٽِي ." اهـا داب گورو ڪيتري ٿو ڏئي؟ جنهن تي مالڪ جو راضپو ٿيندو، مالڪ جي دیا ٿيندي . اهوئي گورو رامداس جن فرمائين ٿا، "پُرب مسـتکي ڌر لکيا متي هـر لـو لائيئو ." يعني جنهن جسي مستڪ ۾ ڌر ڌار جو لکو آهي، گورو انهيءَ کي نام جو دان ڏئي ٿو .

ملندو. نام جي ڪنهن واقفڪار وٽ وڃي، ان کان نام جو
پيدو ٿي اندر وڃو. چوراسيءَ کان ڇوٽڻ جو صرف هڪ ئي
اپاءُ آهي ۽ اهو آهي گوروءَ سان ملي، نام جي ڪمائي ڪري،
ان جي ڪمائي ڪري اندر وڃڻ.

آڳي بهل ندي اگـن بکـہ جهيلا،
لـئي اوُر نہ ڪوئي جيئہ اڪيلا.

وڏي من مارگ جو حال ورلن ڪري فرمائين ٿا ته نه صرف
انترو بلڪ موت کان پوءِ جنهن رستي تان وڃڻو آهي، ان
جي ڏک ۽ ڪليش جو نه ڪو حساب ئي ڪونهي. جيڪي هن
دنيا جا ڏک آهن سي ٿئي قسم جا آهن. مون وٽ ڪيترائي
ڇليون ايندا آهن ته ”جيءُ ڪري ٿو ته جهڪر مري
وڃون، دنيا مان ڏاڍو تنگ ٿي پيا آهيون. آفيم کائي يا
زهر کائي يا ڪنهن ٻئي طريقي هن زندگيءَ جو انت آڻي
ڇڏيون.“ اهو بزدليءَ جو ويچار آهي. موت ڏکن کان ڇوٽڪارو
نٿو ڏئي بلڪ جيڪي برا ڪرم ڪجن ٿا، اڳتي هلي انهن
جو حساب چڪائڻو پوي ٿو. انهن ڏکن جو علاج منش جنم
۾ ٿي سگهي ٿو، ان بعد ڪو به علاج ڪونهي. جيڪڏهن
ديهه جو انت آڻيندا ته به ڇوٽڪارو ڪو نه ملندو. اهو
ڪڏهن به نه سوچو ته شرير ڇڏڻ سان ئي ڏک دور ٿي ويندا،
جيڪڏهن توهانجو گوروءَ سان پيار آهي ته ڪڏهن ڀاڄي به
خودڪشيءَ جو ويچار نه ڪريو.

سو گورو نانڪ صاحب جن فرمائين ٿا ته اهڙا طريقا اختيار
ڪريو جيئن منش جنم سڦلو ٿي وڃي. هاڻي موت کان پوءِ
جيڪو ڏک درد ٿئي ٿو ان جو ورلن ڪن ٿا ته انسان مري
جڏهن ڌرمراءِ جي دربار ۾ وڃي ٿو ته رستي ۾ آڳـــ جي

تا ته اهو آهي رام (شبد) جو سيني اندر رمي رهيو آهي،
اندر وڃي ان سان پريم پيدا ڪري سگهي ٿو.

چوڙهه ڪام ڪروڌ برپائي،
هوميءِ ڏنڊ چوڙهه لنيڻائي.

وري ساڳيو ئي اُپديش ڪن ٿا ته ڪام، ڪروڌ، لوڀ
موهه اهنڪار- انهن پنجن ڏاڙائن کي بند ڪريو. ڇاڪاڻ ته
جڏهن انسان جو خيال ٻاهر اچي ٿو ته ڪام ڪروڌ يا لوڀ
يا موهه يا اهنڪار جو شڪار ٿي پوي ٿو. ڪاليوڳ هيءَ
آهي ته انهن پنجن ڏاڙائن ڪري ئي انسان جو خيال ٻاهر ڦٿايو
پيو آهي. گورو صاحب جن فرمائن ٿا ته انهن وڪارن پر قابو
ڪري لو ن ڪيتري عرصي کان پٽڪي رهيو آهين. ڇاڪاڻ ته
انهن جو پيار ڇڏي ڏي. پين لفظن ۾ ڇڏيءَ ته من مارگ
کي ڇڏي نام مارگ طرف وک وڌاءِ. جڏهن جيڙ وشيه وڪارن
۾ ڦاٿل آهي تڏهن به من جو غلام آهي. جيڪڏهن هن
۾ ڪو پيو دوش آهي ته به هي انسان من مارگ ۾ آهي.
سڀ دنيا جا ماڻهو من مارگ ۾ آهن. اهڙيءَ طرح هي
جيڪو به دنيا جو موهه ۽ پيار آهي سڀ من مارگ ۾ داخل
آهي. جيڪڏهن اهو موهه ۽ پيار نه هجي ها ته اسين گهٽ
اڳ مالڪ جي گهر پهچي وڃون ها. پر اسالڪي ايا ٿالن
اهو مارگ ڪين ماپو آهي. اهو مارگ ڪهڙو آهي؟ اندر
خيال کي ايڪاگر ڪري نام سان جوڙڻ. اسان ته ساري عمر
ٻاهرلي برباد ڪري ڇڏي آهي.

ستگور سرڻ پڙهه تا اُبرهه،
اِڪ ڪريڪي پوجل پائي ڏي.

نام لوهائڻي اندر آهي، ان ڪري اهو ڪٿي ٻاهر ڪين

من مارگ ۾ آهن سي سڀ ننڍڪ آهن چاڪاڻ ته اهي ٻين
کي پاڻ جهڙو عقلمند ڪين سمجهندا آهن. جيستائين ماڻهو ائين
ڪري ٿو ننڍڪ آهي. اها من مارگ جي نشاني آهي.
انسان چاهي ننڍڪ هجي، لوڀي هجي، اهنڪاري هجي،
جڏهن نام سان جڙندو، نرمل ٿي پوندو. چاڪاڻ ته هو من
مارگ ۾ آهي، انڪري ٿي هو لوڀي، اهنڪاري ۽ ننڍڪ
آهي. سڄو سنسار ننڍڪ آهي. سو گورو صاحب فرمائين ٿا ته
ننڍا ڇڏي ڏيو، اهنڪار ڇڏي ڏيو ۽ اندر نام سان
جڙي وڃو.

"تات پرائي" يعني پرائو پيار به ڇڏي ڏيو، مالڪ جو پيار
پيدا ڪريو. ٻين لفظن ۾ ته دنيا جو پيار ڇڏيو. من مارگ کي
ڇڏي نام مارگ طرف اچي سڀئي ماڻهو شانتي چاهين ٿا. ڪو
اُن کي گيتا ۾ ڳولي رهيو آهي ته ڪو ڀاڳوت ۾، ڪو انجيل
۾ ته ڪو ڪٿي. پر انهن گرنٿن پوٿين ۾ شانتي ڪانهي. شانتي
ته صرف هڪ ٿي طريقي سان ملي سگهي ٿي، اهو آهي
پنهنجي اندر نام سان جڙڻ. سچي شانتي نام ۾ آهي. جيڪڏهن
شانتي ٻاهر هجي ها ته گورو نانڪ صاحب جن ائين ڪين
فرمائين ها ته "نانڪ دکيا سڀ سنسار" يعني سارو سنسار
دکي آهي. اندر جهاتي پائي ڏسو. ڇا ڪو سکي آهي؟
هاڻي سوال ٿو اُٿي ته ڪٿي سکي ڪير آهي؟ "سو سکيا
جس نام آڌار." جنهن پنهنجو خيال نام سان جوڙيو آهي اهو
ئي سکي آهي، انکي ئي شانتي پراپت ٿي آهي.

مل سنت سنگت نام سلاهه آتم رام سکائي هي

جيترو به جلد ٿي سگهي، ڪنهن نام جي ڀيدي ۽ ڪار
نام جي ڄاڻ ٿي ونئي اندر وڃو ۽ سکي ٿيو. هاڻي فرمائي

ڪير ۽ جنهن لڳو سگهي نه ڪڏهن ڪرڻ ڪرڻو آهي. جڏهن
موت اچي ٿو ته هو لڪي ٻار جو لحاظ ٿو رکي، لڪي جوان
هو، ۽ لڪي ٻڍي جو. جيڪي ۾ گوروءَ کان اپديش ولي
ٻين سمرن ڪري الدر ويا، اهي نام سان جڙي ويا، الهجو
عمر مرڻ عتم ٿي ويو. جيڪي باهر ٿي ويا رهيا الهجو
وقت برباد ٿي ويو. گورو صاحب فرمائين ٿا ته توهانجي الدر
نام آهي، هو توهان جي الدر وڃڻي کان وڌيڪ آهي. الدر
وڃي ان کي پرگهٽ ڪريو. سنتن کان ته بار بار اهالي
هدايت ملي ٿي ته توهان جي الدر نام آهي، ان سان ٻانڪي
جوڙي ڇڏيو.

ساڪت ڪوڙ پڇهه ٥ن هوءِ،
دهه مارگ پڇي پڇائي هي.

جيڪي ساڪت (منمک) آهن اهي ڏينهن رات مايا ۾
سڙي پڇي مرن ٿا، اهي ڪڏهن به سک نٿا پائين. اهي نام
کي ڇڏي، مايا جي جار ۾ ڦاسي جنم مرڻ جي دائري ۾ رهن
ٿا ۽ پريشان رهن ٿا. گورو صاحب جن گورمکن يعني نام مارگ
وارن جي حالت بيان ورڻن ڪري چڪا آهن. هيئر من
مارگ وارن جي حالت بيان ڪن ٿا ته اي ڀلا لوڪو! مايا کي
ڇڏيو ۽ نام جي ڪمائي ڪريو.

چوڙهه نندا لات پرائي،
پڙهه پڙهه دجهه سانت نه آئي.

من مارگ جي اصليت ٻڌائي هدايت ڪن ٿا ته الدر وجي
نام سان پنهنجي آتما کي جوڙيو. نندا ڪرڻ ڇڏي ڏيو. نندا
ڇاکي ٿو ڇڏجي؟ ٻاڻ کي ڇگو سمجهڻ ۽ ٻئي کي برو. جيڪي

پنهنجو ڏيان اندر نام سان جوڙي رکيو آهي. اهي فائدي ۾ آهن باقي دنيا گهاٽي ۾ آهي.

بوجهه هرجن ستگور باڻي
ايهه جوبن ساس هيءِ ديهه پراڻي

گورو صاحب جن مالڪ جي مهما ڪندي چئي چڪا آهن ته هي سارو کيل هن جو رچايل آهي، هو پاڻ سيني جي اندر گپت ٿي ويٺو آهي ۽ پاڻ ئي گورو روپ ڌاري اچي چئي ٿو ته مونکي هن طريقي پراپت ڪريو. دنيا ڪهڙي گهاٽ ئي وڃي آهي؟ تمام هيٺ. هاڻي گورو صاحب جن فرمائين ٿا ته توهين به سنتن کان رستو وٺي انهن جي رهڻي اختيار ڪريو جيئن توهين به مالڪ جي گود ۾ وڃي وهو.

پاڻ وري فرمائين ٿا ته منش جنم سريشٽ ڀاڳن سان مليو آهي ۽ هيءَ ديهه سدا ڪاءِ رهڻ واري ڪانهي. انڪري جيترو جلد ٿي سگهي ان جو فائدو وٺو. هي جيڪو هردو آهي اهو هزيءَ جو ٺهيل آهي. اندر وڃو ۽ ائي هريءَ جي زباڻي ٻڌو ۽ ان سان پنهنجو پريم لڳايو. نه هيءَ ديهي رهڻ واري آهي ۽ نکو ئي هي سوانس رهڻا آهن ۽ نکي هيءَ جواني رهڻ واري آهي. تنهنڪري هن جنم جو جلد کان جلد فائدو وٺو. ٻين لفظن ۾ چئجي ڪئي ته ستگوروءَ سان ماي اندر نام کي پڪڙيو، شبد سان جڙي وڃو.

آج ڪال مرجائيگي پراڻي،
هرجپ جپ ردئ ڌيائي هي.

موت جو ڪجهه پتو ڪونهي، ڪڏهن به اچي وڃي،